

METODE *STORYTELLING* UNTUK MENINGKATKAN *MEANING OF LIFE* PADA LANSIA DI PANTI WERDHA PUSPAKARMA MATARAM

SKRIPSI



Oleh:

Nadya Ardisna Arianti

201310230311170

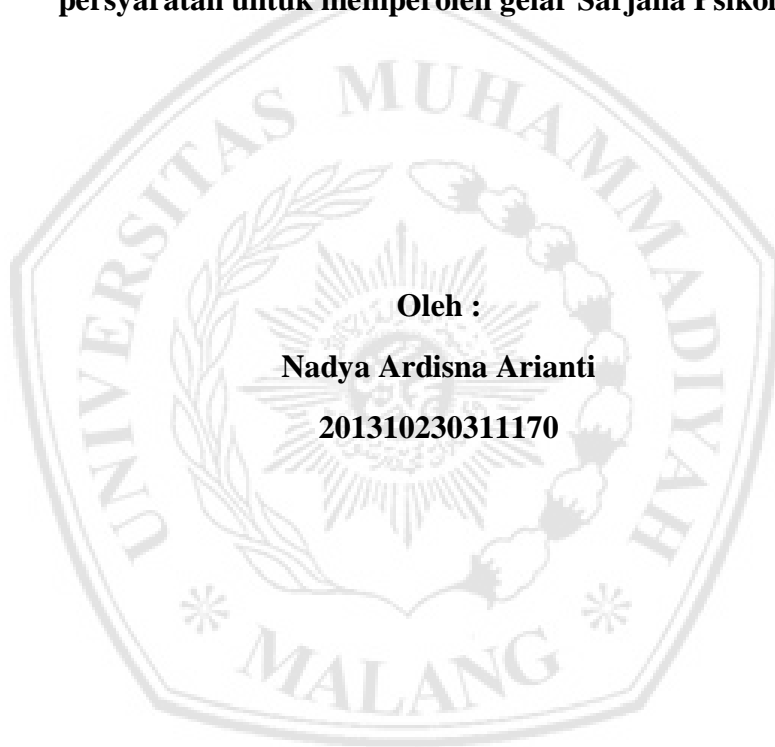
**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG**

2017

METODE *STORYTELLING* UNTUK MENINGKATKAN *MEANING OF LIFE* PADA LANSIA DI PANTI WERDHA PUSPAKARMA MATARAM

SKRIPSI

Diajukan Kepada Universitas Muhammadiyah Malang sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi



**Oleh :
Nadya Ardisna Arianti
201310230311170**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG
2017**

LEMBAR PENGESAHAN

1. Judul Skripsi : Metode *Storytelling* Untuk Meningkatkan
Meaning Of Life Pada Lansia Di Panti Werdha
Puspakarma Mataram
2. Nama Peneliti : Nadya Ardisna Arianti
3. NIM : 201310230311170
4. Fakultas : Psikologi
5. Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Malang
6. Waktu Penelitian : 16 - 21 Januari 2017

Skripsi ini telah diuji oleh dewan penguji pada tanggal

Dewan Penguji

Ketua Penguji : Dr. Iswinarti, M.Si ()

Anggota Penguji : 1. Adhyatman Prabowo, M.Psi ()

2. Ni'matuzahroh, S.Psi., M.Si ()

3. M.Shohib, S.Psi., M.Si ()

Pembimbing I

Pembimbing II

Dr. Iswinarti, M.Si

Adhyatman Prabowo, S.Psi., M.Psi

Malang,

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang

Dr. Iswinarti, M.Si

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nadya Ardisna Arianti
NIM : 201310230311170
Fakultas/ Jurusan : Psikologi
Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Malang

Menyatakan bahwa skripsi/karya ilmiah yang berjudul : Metode *Storytelling* Untuk Meningkatkan *Meaning Of Life* Pada Lansia Di Panti Werdha Puspakarma Mataram.

1. Adalah bukan karya orang lain baik sebagian maupun keseluruhan kecuali dalam bentuk kutipan yang digunakan dalam naskah ini dan telah disebutkan sumbernya.
2. Hasil tulisan karya ilmiah/skripsi dari penelitian yang saya lakukan merupakan Hak bebas Royalti non eksklusif, apabila digunakan sebagai sumber beaspustaka.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya apabila pernyataan ini tidak benar, maka saya bersedia mendapat sanksi sesuai dengan undang-undang yang berlaku.

Malang, 23 Januari 2017

Mengetahui
Ketua Program Studi

Yang Menyatakan

Yuni Nurhamida, S.Psi. M.Si

Nadya Ardisna Arianti

KATA PENGANTAR

Puji sukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah memberikan Rahmat dan Hidayah-Nya sehingga penulisan skripsi yang berjudul “METODE *STORYTELLING* UNTUK MENINGKATKAN *MEANING OF LIFE* PADA LANSIA DI PANTI WERDHA PUSPAKARMA MATARAM” dapat terselesaikan. Skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana psikologi di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang.

Dalam proses penyusunan skripsi, penulis mendapatkan banyak bimbingan, dukungan, pengalaman, pelajaran serta bantuan yang sangat bermanfaat dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini penulis ingin menyampaikan hormat dan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Dr. Iswinarti, M.Si selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang dan juga sebagai dosen Pembimbing I dan Adhyatman Prabowo, S.Psi., M. Psi selaku dosen pembimbing II. Terima kasih telah meluangkan waktu untuk memberikan arahan dan bimbingan selama proses penelitian.
2. Seluruh dosen Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang yang telah memberikan ilmu selama perkuliahan.
3. Pihak Panti Werdha Puspakarma Mataram dan Bapak Ikhsan Selaku pembimbing pada saat penulis turun lapang. Serta *papug-papug* penghuni panti yang telah bersedia menjadi subjek penelitian.
4. Untuk Mama dan Papa tersayang yang selalu memanjatkan doa kepada Allah SWT untuk kesuksesan hidup penulis. Terima kasih atas semua yang telah mama dan papa berikan, kasih sayang, motivasi, dukungan, pengertian sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Kalian berdua adalah alasan terbesar penulis untuk segera menyelesaikan skripsi ini.
5. Teman-teman seperjuangan, Nurul Putri Utami, Lisa Putri Ariani, Laily Purnama Sari, Faridotul Komariya dan Dwi Desi Hidayati. Terima kasih sudah menjadi keluarga selama di rantauan yang mengerti dan sabar menerima sifat penulis, selalu ada dalam suka dan duka demi meraih gelar sarjana. Semoga kita bisa menjadi sarjana psikologi yang bermanfaat.
6. Siti Syami Aldyoklam Denesia, Zanuar Surya Prayogo, Wadu Dawai, Krisna Bayu dan Aulia Mawaddah Fairuz, terima kasih karena selalu menghadirkan tawa di kontrakan.
7. Teman-teman Psikologi C Angkatan 2013. Terima kasih atas kekompakan dan canda tawa kita dari semester 1 yang selalu bersama hingga akhirnya harus berpisah karena mata kuliah aplikasi. Semoga kita semua diberikan semangat dan kemudahan untuk meraih yang kita inginkan.
8. Semua pihak yang yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, yang telah banyak memberikan bantuan pada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Semoga Allah SWT memberikan balasan yang berlipat ganda atas semua kebaikan yang telah diberikan kepada penulis. Dalam penelitian ini, penulis menyadari masih banyak kekurangan dan kelemahan. Meski demikian, penulis berharap semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi peneliti khususnya dan pembaca umumnya.

Malang, 25 Januari 2017

Penulis

Nadya Ardisna Arianti



DAFTAR ISI

Lembar Pengesahan	i
Surat Pernyataan.....	ii
Kata Pengantar	iii
Daftar Isi.....	v
Daftar Tabel	vi
Daftar Gambar.....	vii
Daftar Lampiran	viii
ABSTRAK	1
PENDAHULUAN.....	2
LANDASAN TEORI.....	5
Kebermaknaan Hidup.....	5
<i>Storytelling</i>	6
Hubungan <i>Storytelling</i> dan Kebermaknaan Hidup	7
Kerangka Berpikir.....	9
Hipotesa.....	9
METODE PENELITIAN.....	10
Rancangan Penelitian	10
Subjek Penelitian.....	10
Variabel dan Instrumen Penelitian	10
Prosedur dan Analasia Data	11
HASIL PENELITIAN.....	12
DISKUSI.....	14
SIMPULAN DAN IMPLIKASI	17
DAFTAR PUSTAKA	18
LAMPIRAN.....	20

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Indeks validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	11
Tabel 2. Deskriptif Subjek Penelitian	13
Tabel 3. Hasil <i>pre-test</i> dan <i>post-test</i>	14
Tabel 4. Deskriptif Uji Wilcoxon Kelompok Eksperimen.....	14



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Hasil <i>pre-test</i> dan <i>post-test</i>	14
--	----



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Analisis validitas dan reliabilitas	21
Lampiran 2. Skala Penelitian	23
Lampiran 3. <i>Blue print skala</i>	24
Lampiran 4. Modul.....	25
Lampiran 5. Hasil <i>pre-test</i> dan <i>post-test</i>	55
Lampiran 6. Hasil Uji <i>Wilcoxon Signed Rank Test</i>	56
Lampiran 7. Dokumentasi.....	57
Lampiran 8. Surat Keterangan Penelitian	58



METODE STORYTELLING UNTUK MENINGKATKAN MEANING OF LIFE PADA LANSIA DI PANTI WERDHA PUSPAKARMA MATARAM

Nadya Ardisna Arianti

Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Malang

nadyardisna@gmail.com

Kebermaknaan hidup merupakan suatu kebutuhan yang fundamental bagi setiap orang termasuk lansia yang tinggal di panti werdha. Akan tetapi ketika memasuki masa ini lansia mengalami *integrity versus despair* yang disebabkan oleh berbagai hal salah satunya berada jauh dari keluarga yang bisa mengganggu kebermaknaan hidup lansia. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan *Meaning Of Life* pada lansia yang tinggal di panti werdha. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif eksperimen *one group pre-test post-test* dan menggunakan *purposive sampling* untuk pengambilan sampel. Subjek dalam penelitian ini adalah lansia yang tinggal di panti werdha yang memiliki skor skala *meaning of life* yang rendah. Instrumen pengumpulan data yang digunakan adalah *Meaning in Life Questionnaire* yang disusun oleh Steger (2006) dan dianalisa menggunakan uji *wilcoxon signed rank test*. Dari penelitian ini diperoleh nilai signifikansi 0,026 yang lebih kecil dari 0,05 yang menunjukkan adanya perbedaan *meaning of life* lansia pada saat sebelum dan sesudah diberikan *storytelling*.

Kata Kunci: *Storytelling, Meaning of life*, kebermaknaan hidup, lansia, panti werdha

Meaningfulness of life is a fundamental needed for everyone, including to the elderly who lives in nursing house. But, when entering this period elderly experienced integrity versus despair caused by various things one of which being away from family that could interfere with the emnaingfulness of life for elderly. This study aims to improve the meaning of life in the elderly living in nursing house. This research is quantitative experiments one group pre-test post-test and using purposive sampling for sampling. Subjects in this study is the elderly who live in nursing Elderly that has the meaning of life scale scores were low. Data collection instruments used is the Meaning in Life Questionnaire compiled by Steger (2006) and analyzed using the Wilcoxon signed rank test test. From this research significance value 0,026 smaller than 0.05, which shows the differences in meaning of life of elderly at the time before and after storytelling.

Key Words: *Storytelling, Meaning of life, Elderly, Nursing House*

Manusia akan melewati tujuh periode perkembangan di masa kehidupannya, yaitu masa bayi, masa kanak-kanak awal, masa kanak-kanak pertengahan dan akhir, masa remaja, masa dewasa awal, masa dewasa menengah dan masa dewasa akhir (Santrock, 2012). Setiap periode memiliki proses perkembangan, faktor yang mempengaruhi dan rentang periode yang berbeda-beda.

Menurut Santrock (2012) seseorang memasuki usia dewasa akhir ketika berusia 60-70 tahun hingga kematian. Pendapat ini sesuai dengan Undang-Undang No. 13 Tahun 1998 Pasal 1 Ayat 2 mengenai Kesejahteraan Lansia yang menyatakan bahwa lansia adalah seseorang yang memasuki usia 60 tahun ke atas. *World Health Organization* (WHO) juga menyatakan bahwa orang yang berusia 60 tahun keatas tergolong dalam usia lanjut.

Periode masa dewasa akhir merupakan rentang terpanjang dalam periode perkembangan manusia dan tidak dapat dihindari oleh mereka yang dikaruniai usia panjang Santrock (2012). Hal ini menimbulkan kenyataan bahwa jumlah lansia terus meningkat tiap tahunnya. Pada tahun 2015 jumlah lansia di Indonesia sebesar 8,5% dan diperkirakan presentase penduduk lansia akan terus meningkat menjadi 15,8% pada tahun 2035 (Mustari, Rachmawati, & Nugroho, 2015).

Pada dasarnya setiap memasuki tahap perkembangan manusia akan mengalami perubahan dan pada masa ini, perubahan yang terjadi cenderung menurun (*degeneratif*), seperti penurunan yang terjadi pada aspek fisik, kognitif dan emosional (Jahja, 2011). Menurunnya kemampuan fisik untuk melakukan aktivitas seperti pada saat muda, daya tahan tubuh yang berkurang sehingga mudah terserang penyakit, munculnya kerutan pada wajah, menurunnya kemampuan untuk mengingat dan berkurangnya kemampuan untuk berkomunikasi sehingga perilaku kembali seperti anak-anak (Jahja, 2011).

Menurut Erikson (dalam Alwisol, 2011) lansia akan mengalami krisis psikososial yang disebut dengan *integrity versus despair*. Menurut Erikson *Integrity* atau integritas merupakan sebuah pencapaian diri seseorang terhadap apa yang sudah diraihinya, kemampuan untuk melakukan adaptasi terhadap segala perubahan hidup selama masa perkembangan, baik itu keberhasilan maupun kegagalan. Selain itu, lawan dari integritas adalah despair atau keputusasaan. Pada usia ini, lansia bisa mengalami keputusasaan karena melihat kembali kehidupannya di masa lalu yang tidak bisa melewati segala perubahan di hidupnya. Hal ini bisa memperparah keadaan apabila lansia tersebut melihat kembali kehidupannya di masa lalu dengan penuh penyesalan dan kegagalan bisa mengganggu tahun-tahun terakhir kehidupan (Mar'at, 2013).

Banyak yang masih menganggap jika seseorang yang memasuki masa lansia maka seseorang tersebut sudah tidak dapat diberdayakan, sakit-sakitan, tidak bisa memberikan kontribusi, menyusahkan keluarga karena adanya penurunan secara fisik, mental maupun minat dan hal inilah yang menjadi alasan banyaknya lansia yang dititipkan di panti werdha (Kaharingan, Bidjuni, & Karundeng, 2015).

Menitipkan lansia di panti werdha memiliki nilai positif dan negatif. Nilai positifnya lansia bisa bersosialisasi dengan teman seusianya, mendapatkan perawatan dari pihak panti yang menyebabkan adanya perasaan bahagia pada diri

lansia karena merasa kehidupannya di panti lebih baik dibandingkan kehidupan sebelum mereka masuk panti (Ariani, 2012). Akan tetapi hal ini tidak berlaku bagi lansia yang merasa terpaksa tinggal di panti werdha. Bagi lansia yang terpaksa tinggal di panti muncul perasaan keterasingan, perasaan terisolasi karena berada jauh dari keluarga, kesepian karena lingkup pergaulan yang sempit, aktivitas yang dilakukan cenderung tidak variatif (Darmojo dan Martono, 2006).

(Nurchaya, 2012) Menjelaskan adanya perbedaan tingkat depresi pada lansia yang tinggal di dusun dengan keluarga dan lansia yang tinggal di panti werdha. Dari penelitian yang dilakukan Nurchaya tersebut didapatkan hasil bahwa lansia yang tinggal di panti werdha memiliki tingkat depresi yang lebih tinggi hal ini dikarenakan lansia yang tinggal di panti werdha hanya bisa berinteraksi dengan orang yang sama dalam sebagian besar waktu sedangkan lansia yang tinggal di dusun dapat berinteraksi dengan keluarganya dan masyarakat.

Selain itu muncul perasaan tidak bahagia bagi mereka yang berada jauh dari keluarga, merasa kesepian karena ditinggalkan orang-orang terdekatnya, adanya perasaan tidak berguna karena dititipkan begitu saja, merasa sakit hati pada keluarga yang menitipkannya di panti werdha yang menyebabkan kurangnya kebermaknaan hidup lansia (Purwantini, 2014).

Cara orang memaknai hidupnya berbeda-beda akan tetapi tujuan dari memaknai hidup yaitu untuk mencapai tujuan yang ingin dipenuhi (Fitrianti & Herdiyanto, 2016). Memaknai hidup merupakan sebuah kebutuhan yang fundamental bagi manusia (Misiak & Sexton, 2005). Makna hidup merupakan hal-hal yang dianggap penting yang menyebabkan seseorang berusaha untuk mencapainya. Apabila seseorang memiliki makna hidup tentu hidupnya akan merasa bahagia (Bastaman, 2007).

Memaknai hidup berarti individu mampu untuk menentukan tujuan sehingga mengetahui apa yang akan dilakukan untuk mencapai tujuan tersebut (Bastaman, 2007). Menurut Bastaman, Orang yang memiliki kebermaknaan hidup akan memiliki sikap yang optimis, adanya pemahaman mengenai potensi dan kelemahan dalam diri, bertanggung jawab atas hidupnya sehingga merasa bahwa kehidupannya sangat berarti. Hal ini sesuai dengan pernyataan Steger, Oishi, & Kashdan (2009) yang menyatakan bahwa *Meaning of life* mengacu pada sejauh mana seseorang memahami hidup mereka disertai dengan sejauh mana mereka memiliki harapan, misi serta tujuan dalam hidup yang membuat hidup mereka lebih terarah dan memiliki makna.

Sebaliknya, orang yang tidak memiliki kebermaknaan hidup cenderung akan pesimis, tidak memiliki tujuan dalam hidup, sering mengeluh yang dapat menimbulkan frustrasi eksistensial (*existencial frustation*) dan kehampaan eksistensial (*existencial vacuum*) yang ditandai dengan berkurangnya minat dan inisiatif terhadap suatu hal (Frankl, 2004). Adanya perasaan tidak berdaya, keputusan dan adanya keinginan untuk melakukan bunuh diri, depresi, kecemasan, pasca trauma stres, kesedihan dan rasa takut, merasa tidak puas akan hidupnya (Schulenberg, Strack, & Buchanan, 2011).

Penelitian yang dilakukan oleh Park & Jeong (2016) yang berjudul *Moderation effects of perfectionism and meaning in life on depression* memiliki hasil tingkat

kepuasan hidup tinggi diantara mereka yang telah menemukan makna hidup dan sedang aktif mencari makna, sedangkan tingkat kepuasan hidup rendah bagi mereka yang belum menemukan makna hidup. Sedangkan hasil dari penelitian berjudul *Mediational effect of meaning in life on the relationship between optimism and well-being in community elderly* yang dilakukan oleh Ju, Shin, Kim, Hyun, & Park (2013) adalah lansia yang memiliki harapan positif terhadap hidupnya akan merasakan kesejahteraan dan makna hidup .

Berdasarkan hasil asesmen yang dilakukan oleh peneliti pada lansia di panti werdha diketahui bahwa tidak sedikit lansia merasa tidak bahagia karena berada jauh dari keluarga. Beberapa lansia sengaja dititipkan oleh keluarga tidak mengetahui alasan keluarga menitipkan mereka di panti. Ada juga lansia yang sengaja tinggal di panti karena sudah tidak ada tempat tinggal lagi dan memiliki hubungan yang buruk dengan keluarga. Berdasarkan hasil wawancara mengenai tujuan dan makna hidup salah satu lansia mengatakan “*papug jak sebenarnya pingin pulang soalnya sakit. Kalok disini ndak tau papug mau ngapain. Kalok di rumah ada yang mau kita kerjain kan. Ada keluarga*”. Dari pernyataan ini subjek menjelaskan ia tidak tahu yang harus ia lakukan dengan kondisi fisik yang sakit dan keinginan untuk tetap pulang ke rumah. Faktor dukungan keluarga merupakan hal yang sangat penting bagi mereka. Ini memberikan dampak pada bagaimana cara lansia menjalani kehidupannya. Tidak adanya keinginan untuk hidup dengan baik dan tidak memiliki tujuan akan hidupnya yang sekarang. Makna hidup memiliki peranan penting dalam kehidupan karena dapat membantu seseorang untuk menjalani hidup dengan positif (Bastaman, 2007).

Jauh dari keluarga membuat lansia tidak bisa berkomunikasi dan mendapatkan dukungan sosial dari orang-orang terdekatnya. Padahal dengan adanya komunikasi yang baik lansia bisa merasa diperhatikan oleh lingkungan sekitar. Salah satu bentuk komunikasi yang bisa dilakukan adalah pemberian *storytelling* pada lansia. *Storytelling* merupakan sebuah proses menghidupkan ide, pemahaman baru, keyakinan, pengalaman pribadi dan pelajaran hidup melalui cerita atau kisah yang membangkitkan kekuatan emosi dan pemahaman yang mendalam (Serrat, 2008).

Dengan *storytelling* lansia bisa berbagi apa yang dirasakannya yang bertujuan untuk mengurangi beban yang ada karena dengan adanya *storytelling* lansia bisa berbagi keluh-kesah dan juga bercerita berbagai macam hal mengenai filosofi dan moral (Light, Stuart and DuBois dalam Lasker & Beukelman, 1999).

Storytelling menurut Pertiwi (2011), merupakan kegiatan interaktif antara dua orang atau lebih dengan tujuan untuk menyampaikan, berbagi pengalaman, dan pesan-pesan kepada orang lain. Meningkatkan kebermaknaan hidup pada lansia yang tinggal di panti werdha dapat dilakukan dengan menggunakan metode *Storytelling* dengan mengajak lansia untuk mendengarkan cerita yang dibacakan, memahami makna dari setiap cerita yang menjelaskan tentang nilai-nilai kehidupan. Melalui *Storytelling* lansia bisa saling berbagi pengalaman yang pernah mereka alami, pendapat dan ide-ide yang dimiliki sehingga mereka memiliki gambaran mengenai pengalaman satu sama lain (Ariani, 2012)

Penelitian yang dilakukan oleh Scott & DeBrew (2009) yang berjudul *Helping older adults find meaning and purpose through storytelling* pada lansia yang sakit memiliki hasil bahwa dengan metode *storytelling* dapat meningkatkan makna dan tujuan hidup. Hal ini dikarenakan pada saat mendengarkan cerita adanya proses mengingat akan kenangan khusus di masa lalu sehingga membuat lansia merasa bangga akan hidupnya.

Dari penjelasan diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Metode *Storytelling* untuk Meningkatkan *Meaning of Life* pada Lansia yang Tinggal di Panti Werdha”. Melalui penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai salah satu rujukan untuk meningkatkan *Meaning of Life* pada lansia yang tinggal di panti werdha.

Kebermaknaan Hidup

Meaning of life mengacu pada sejauh mana seseorang memahami hidup mereka disertai dengan sejauh mana mereka memiliki harapan, misi serta tujuan dalam hidup yang membuat hidup mereka lebih terarah dan memiliki makna (Steger, Oishi, & Kashdan, 2009). Makna Merupakan sesuatu yang dirasa benar dan diharapkan sehingga bisa dijadikan sebuah tujuan. Makna hidup adalah hal yang dianggap penting dan bisa memberikan nilai khusus sehingga memberikan rasa untuk memiliki tujuan hidup yang perlu dicapai (Bastaman, 2007).

Sehingga dapat dikatakan bahwa seseorang yang memaknai hidupnya mampu untuk menentukan tujuan sehingga mengetahui apa yang akan dilakukan untuk mencapai tujuan tersebut. Orang yang memiliki kebermaknaan hidup memiliki sikap yang optimis, adanya pemahaman mengenai potensi dan kelemahan dalam diri, bertanggung jawab atas hidupnya sehingga merasa bahwa kehidupannya sangat berarti.

Menurut Steger (2006) *meaning of life* memiliki dua dimensi. Pertama adalah kehadiran makna, dimana seseorang mampu merespon mengenai kehidupan yang sudah dilaluinya dan yang sedang dialami. Hal ini bersifat subjektif dan individual tergantung bagaimana cara seseorang mempresepsikan suatu permasalahan yang dihadapi dan juga dipengaruhi oleh waktu. Kedua adalah mencari makna. Yang dimaksud dengan mencari makna adalah seberapa besar seseorang memiliki dorongan dalam diri untuk mencari makna hidup dan memahaminya, baik dalam keadaan menderita ataupun senang. Pencarian makna hidup merupakan suatu komponen yang dapat menimbulkan kebermaknaan hidup seseorang dalam berbagai kondisi.

Victor Frankl dalam Bastaman (2007) menjelaskan bahwa terdapat tiga nilai (*values*) yang bisa diterapkan sehingga memungkinkan seseorang untuk menemukan makna di hidupnya. Ketiga makna tersebut adalah: 1) *Creative values* (nilai-nilai kreatif) merupakan sebuah kegiatan berkarya, bekerja dan melakukan suatu hal dengan penuh tanggung jawab. Melakukan dengan sungguh-sungguh agar tercipta karya yang berarti, 2) *Experiential values* (nilai-nilai penghayatan), adalah bentuk keyakinan dan penghayatan seseorang terhadap nilai-nilai

kebenaran, kebaikan, keindahan, cinta kasih, keimanan dan keagamaan yang membuat hidup seseorang bermakna, 3) *Attitudinal values* (nilai-nilai bersikap), bagaimana sikap seseorang dalam menghadapi permasalahan, ujian dalam hidupnya dengan penuh ketabahan, kesabaran, keberanian dan tidak memandang negatif semua cobaan dalam hidup.

Bastaman (2007) menjelaskan beberapa gambaran khusus dari makna hidup: 1) Makna hidup bersifat unik, pribadi dan kontemporer. Hal ini dikarenakan setiap orang memiliki perasaan bermakna yang berbeda. Hal yang dianggap berarti oleh seseorang belum tentu dianggap berarti oleh orang lain. Kebermaknaan yang dirasakan pada saat ini bisa jadi tidak bermakna pada saat lain. Sehingga - kebermaknaan bisa saja berubah dari waktu ke waktu, 2) Spesifik dan nyata, dalam artian makna hidup dapat dicari melalui pengalaman dan ada di kehidupan sehari-hari, 3) Memberi pedoman dan arah terhadap kegiatan-kegiatan kita yang membuat kita merasa tertantang untuk melaksanakan dan memenuhinya. Sehingga munculah Makna hidup adalah memberi pedoman dan arah terhadap kegiatan-kegiatan kita, sehingga makna hidup itu seakan-akan menantang kita untuk memenuhinya.

Menurut Bastaman (dalam Gracia, 2007) Ciri – ciri seseorang yang memiliki makna dalam hidupnya adalah mereka yang mampu menjalani kehidupan sehari-hari dengan penuh semangat dan gairah hidup serta jauh dari perasaan hampa, mampu mengerjakan tugas dan pekerjaan sehari-hari dengan penuh semangat dan tanggung jawab dan mampu untuk menemukan berbagai macam pengalaman baru dan hal-hal yang menarik yang menambah pengalaman hidup. Sedangkan menurut Bastaman (dalam) ciri-ciri seseorang yang tidak memiliki makna dalam hidupnya adalah mereka yang memiliki perasaan hampa, serba bosan, putus asa, tidak memiliki minat dan inisiatif dan tidak memiliki makna dan tujuan hidup.

Storytelling

Storytelling merupakan sebuah proses menghidupkan ide, keyakinan, pengalaman pribadi dan pelajaran hidup melalui cerita atau kisah yang membangkitkan kekuatan emosi dan pemahaman yang mendalam (Serrat, 2008). *Storytelling* menurut Pertiwi (2011), merupakan kegiatan interaktif antara dua orang atau lebih dengan tujuan untuk menyampaikan, berbagi pengalaman, dan pesan-pesan kepada orang lain.

Storytelling adalah penuturan sesuatu hal yang mengisahkan tentang perbuatan atau suatu kejadian dan disampaikan secara lisan dengan tujuan membagikan pengalaman dan pengetahuan (Destyana, 2016). Melalui *storytelling* seseorang akan diberikan stimulus yaitu berupa cerita yang akan dieksplorasi oleh dirinya kemudian mengasosiasikan makna dari cerita dengan pengalaman hidupnya (Nabila, 2015)

Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa *Storytelling* merupakan sebuah penuturan tentang suatu kejadian yang dilakukan oleh dua orang atau lebih dan diberikan secara lisan berguna untuk berbagi informasi, pengalaman hidup, membangkitkan semangat, pemahaman-pemahaman atas sebuah pendapat dan berguna sebagai sarana untuk mengurangi beban yang dimiliki. Cerita yang

diberikan pada saat *storytelling* merupakan sebuah stimulus bagi seseorang untuk mengeksplor dan mengasosiasikan cerita yang sudah dibacakan.

Serrat (2008) menjelaskan bahwa *Storytelling* merupakan salah satu metode yang efektif yang dapat digunakan untuk: 1) Membuat konsep yang ingin disampaikan menjadi penuh makna, 2) Menjadi sarana penghubung bagi seseorang dengan pemikiran, 3) Sebagai sarana untuk memunculkan inspirasi, imajinasi dan untuk memunculkan motivasi untuk bertindak sehingga terbentuk sebuah perubahan, 4) Memberikan kesempatan untuk melihat suatu pemahaman dari perspektif yang berbeda, 5) Menciptakan sebuah maksud, hubungan dan makna, 6) Mengembangkan pemahaman baru mengenai sebuah situasi dan mengaplikasikan pemahaman seseorang sehingga adanya kemungkinan untuk menemukan solusi, 7) Menjelaskan suatu pesan yang rumit secara sederhana.

Hubungan *Storytelling* dan Kebermaknaan Hidup

Keberadaan lansia kerap diyakini masyarakat sebagai orang yang sakit-saktian, merepotkan, tidak dapat diberdayakan sehingga tidak bisa memberikan kontribusi yang baik bagi lingkungan sekitarnya. Tak jarang pula ada yang beranggapan bahwa lansia merupakan sebuah beban bagi keluarga dan masyarakat. Pandangan masyarakat yang cenderung negatif tersebut secara tidak langsung dapat mempengaruhi lansia untuk memiliki pemikiran yang sama dan bisa mengganggu kondisi psikologis lansia tersebut. Kondisi psikologis yang terganggu ini dapat mengindikasikan adanya frustrasi eksistensial (*existencial frustation*) dan kehampaan eksistensial (*existencial vacuum*), yaitu seseorang tidak memiliki tujuan hidup dan merasakan kehidupan yang hampa (Frankl, 2004)

Pandangan masyarakat mengenai lansia sebagai beban keluarga sering dijadikan alasan mengapa lansia dititipkan di panti werdha. Perasaan ditelantarkan, lemah, menyusahkan keluarga dan malu akan kondisi yang dimiliki bisa mempengaruhi bagaimana lansia menjalani kehidupannya di panti. Meskipun begitu, menjadi seseorang yang berarti dalam hidup sangatlah penting. Karena pada periode inilah lansia akan mulai memikirkan apa saja yang sudah ia lalui di hidupnya, apa saja yang sudah ia kerjakan, tujuan yang ingin dicapai dan makna hidupnya. Akan tetapi, adanya anggapan dan perasaan negatif tersebut dapat mengganggu lansia dalam memaknai kehidupannya (Gracia, 2007)

Kebermaknaan hidup menurut Bastaman (2007) merupakan hal-hal yang dianggap penting yang menyebabkan seseorang berusaha untuk mencapainya. Dengan adanya kebermaknaan hidup, seseorang akan memiliki tujuan yang ingin diraih, pemahaman akan potensi yang dimiliki, mampu untuk melihat segala hal yang buruk dari sisi yang positif yang menyebabkan seseorang merasa hidupnya sangat berarti. Menurut Bastaman, untuk bisa memaknai hidupnya seseorang harus mencari sendiri makna hidupnya.

Makna hidup dapat dicari didalam kehidupan itu sendiri, dan dapat ditemukan dalam berbagai kondisi, baik itu keadaan yang menyenangkan dan tidak menyenangkan, keadaan bahagia ataupun penderitaan. Akan tetapi jika seseorang mampumemaknai hidupnya maka ia akan merasakan kebahagiaan (Bastaman, 2007)

Kebermaknaan hidup dapat dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Yang termasuk dalam faktor internal adalah pengalaman masa lalu, pemahaman akan diri, bertindak dan berpikiran yang positif, dan ibadah. Sedangkan yang termasuk dalam faktor eksternal adalah dukungan sosial dan adanya komunikasi dengan keluarga dan lingkungan terdekat.

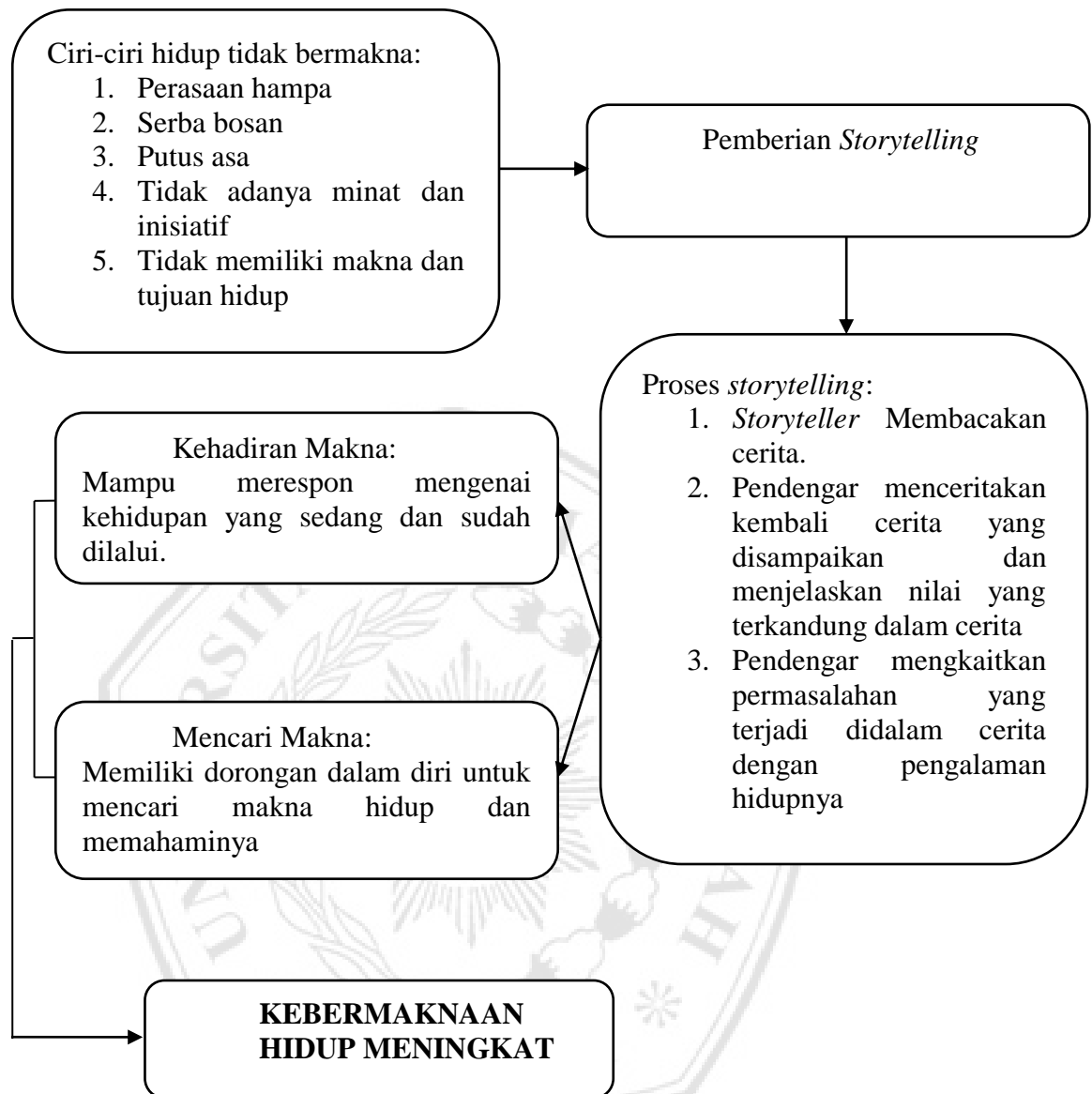
Melakukan komunikasi adalah sebuah interaksi untuk saling berbagi informasi dengan satu orang atau lebih. Sebuah interaksi yang positif akan membuat seseorang merasa senang dan cenderung untuk terus melakukannya (Suardiman, 2011). Adanya komunikasi yang positif dengan orang lain dapat menciptakan perasaan nyaman. Salah satu bentuk komunikasi yang bisa dilakukan adalah dengan *storytelling*.

Storytelling dilakukan dengan menggunakan narasi untuk memahami peristiwa dan pengalaman di lingkungan sekitar, untuk berbagi. Cerita tidak hanya deskripsi faktual, *storytelling* digunakan untuk mewujudkan dan menyampaikan pengetahuan yang bersifat implisit sehingga bertambah pula pengalaman dan pemahaman seseorang (Eidinow & Ramirez, 2016). Dengan adanya *storytelling* sebagai sarana komunikasi bisa menjadi salah satu bentuk kepedulian terhadap lansia. Karena dengan adanya komunikasi lansia merasa diperhatikan.

Storytelling merupakan sebuah kegiatan yang dilakukan oleh dua orang atau lebih yang dilakukan secara lisan. Dengan *Storytelling*, lansia bisa berbagi pengalaman hidup, menyampaikan pendapat sehingga memunculkan pemahaman dan ide baru, memberikan saran dan masukan terhadap sebuah gagasan (Serrat, 2008). *Storytelling* juga dapat mengurangi beban yang dimiliki oleh lansia karena bisa berbagi permasalahan hidup karena dalam proses *storytelling* lansia diberikan kesempatan untuk menceritakan hal-hal mengenai hidupnya. *Storytelling* mampu memunculkan pemahaman-pemahaman baru bagi pendengarnya dan mengkaitkannya dengan kehidupan yang sedang dijalannya sekarang. Lansia akan menemukan makna hidupnya dari nilai-nilai yang terkandung di dalam cerita.

Melalui metode *storytelling* dapat membantu seseorang dalam mengidentifikasi, mengevaluasi dan mengubah kognitifnya secara bertahap. Karena melalui cerita yang sesuai dengan kehidupan dan permasalahan seseorang akan menarik minat dan memudahkan seseorang untuk mencocokkannya dengan pengalaman hidupnya (Nabila, 2015)

Kerangka Berpikir



Hipotesa

Adapun hipotesa dari penelitian ini adalah “*Storytelling* dapat meningkatkan *meaning of life* pada lansia”

METODE PENELITIAN

Rancangan Penelitian

Penelitian yang dilakukan merupakan penelitian eksperimen. Penelitian eksperimen merupakan penelitian yang menggunakan manipulasi situasi untuk melihat akibat dari sebuah perlakuan sehingga ada perbandingan yang dihasilkan setelah perlakuan diberikan. Penelitian ini diberikan dengan tujuan untuk melihat apakah ada perubahan yang terjadi setelah perilaku diberikan oleh peneliti (Latipun, 2010).

Penelitian ini termasuk dalam desain pra-eksperimen, yaitu *one group pre-test post-test* yang merupakan desain eksperimen yang menggunakan satu kelompok subjek (kasus tunggal) tanpa melibatkan kelompok kontrol (Marliani, 2013). Berikut adalah skematis penelitian ini:

$O_1 \longrightarrow (X) \longrightarrow O_2$

Keterangan : O_1 : *Pre Test*
 X : Perlakuan *storytelling*
 O_2 : *Post Test*

Subjek Penelitian

Subjek penelitian ini adalah lansia yang tinggal di panti werdha Puspakarma Mataram. Pengambilan sampel dilakukan dengan cara *purposive sampling*, yaitu pengambilan sampel berdasarkan pertimbangan tertentu yang dinilai sesuai dengan kriteria. Adapun kriteria lansia yang menjadi subjek penelitian adalah: 1) Lansia yang memiliki batasan usia minimal 60 tahun pada saat penelitian dilakukan, 2) memiliki skor skala *meaning of life* yang berada dalam kategori rendah dan sangat rendah yang dapat dilihat melalui skala *Meaning Of Life* yang diberikan kepada lansia, 3) masih bisa diajak berkomunikasi dengan baik, 4) bersedia menjadi subjek penelitian.

Variabel dan Instrumen Penelitian

Penelitian ini terdiri dari dua variabel, yaitu satu variabel bebas (X) berupa *Storytelling* dan satu variabel terikat (Y) berupa *Meaning Of Life*. *Storytelling* merupakan sebuah kegiatan yang melibatkan dua orang atau lebih yang diberikan secara lisan dengan tujuan untuk berbagi informasi, memunculkan ide-ide dan pemahaman baru bagi yang mendengarnya (Serrat, 2008). *Meaning of life* merupakan hal-hal yang dianggap penting yang menyebabkan seseorang berusaha untuk mencapainya. Apabila seseorang memiliki makna hidup tentu hidupnya akan merasa bahagia (Bastaman, 2007).

Meaning Of Life diukur berdasarkan jumlah skor yang diperoleh dari respon yang diberikan subjek terhadap *item-item* pada skala *Meaning in Life Questionnaire* (MLQ) yang disusun oleh Streger (2006) dalam bentuk *Likert*. Skala ini akan diberikan sebelum adanya perlakuan (*pre-test*) dan setelah adanya perlakuan (*post-test*) guna untuk melihat apakah ada perbedaan yang terjadi. Setiap subjek diminta untuk menjawab kesesuaian dan tidak kesesuaian terhadap pernyataan yang

diberikan. Jumlah item dalam skala sebanyak 10 butir yang mengungkap 2 aspek, yaitu aspek Kehadiran makna dan mencari makna. Kehadiran makna terdapat pada item 1,4,5,6 dan 9, sedangkan untuk aspek mencari makna terdapat pada item 2,3,7,8 dan 10. *Meaning in Life Questionnaire* yang digunakan merupakan skala yang telah diadaptasi ke bahasa Indonesia dan telah di *tryoutkan* oleh peneliti kepada 30 responden. Adapun indeks validitas dan nilai *Cronbach Alpha* yaitu:

Tabel 1. Indeks validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

Jumlah Item Valid	Indeks Validitas	Indeks Reliabilitas
10	0,786 - 0,836	0,838

Dari hasil uji validitas dan reliabilitas diperoleh hasil 10 item yang valid dengan rentangan 0,786 - 0,836 dan angka reliabilitas bernilai 0,838.

Bentuk perlakuan yang diberikan dalam penelitian ini adalah *Storytelling* yaitu dengan membacakan cerita kepada lansia yang dibacakan langsung oleh peneliti. Perlakuan memperdengarkan diberikan selama empat hari. Cerita yang diberikan adalah cerita mengenai kebermaknaan hidup, terdapat empat buah judul cerita, yaitu: 1) TUA, 2) Kisah Bunga Mawar dan Pohon Bambu, 3) Bersyukur dan Bahagia, 4) Perjuangan Seorang Nenek. Cerita yang diberikan berbeda-beda akan tetapi memiliki kandungan mengenai 2 dimensi *Meaning Of life*. yaitu kehadiran makna dan mencari makna. Untuk dimensi Kehadiran makna terdapat pada cerita yang berjudul Kisah Bunga Mawar dan Pohon Bambu dan cerita Bersyukur dan Bahagia. Sedangkan untuk dimensi mencari makna terdapat pada cerita yang berjudul TUA dan pada cerita yang berjudul Perjuangan Seorang Nenek.

Prosedur dan Analisa Data

Terdapat beberapa prosedur utama dalam melakukan penelitian ini, yaitu sebagai berikut: 1) Persiapan. Pada tahap ini peneliti menyiapkan instrumen penelitian (skala *Meaning Of Life*) dan pedoman wawancara. Menyiapkan material yang akan digunakan pada saat pemberian perlakuan, yaitu 4 buah cerita yang mengandung nilai-nilai kebermaknaan hidup. Melakukan *role play* modul eksperimen *storytelling*. Cerita akan dibacakan oleh peneliti dengan cara berinteraksi langsung dengan lansia. Pembacaan cerita dilakukan sebanyak 4 kali sesi. Setiap sesinya akan dibacakan 1 cerita. Melakukan *survey* tempat untuk melihat kondisi yang ada di lapangan serta mengurus surat perijinan untuk melakukan penelitian. 2) Pelaksanaan. Di tahap ini, peneliti bertemu dengan subjek di panti werdha tempat subjek tinggal. Melakukan pengenalan diri dengan subjek dan menjelaskan tujuan penelitian. Melakukan pengukuran tingkat kebermaknaan hidup subjek dengan skala *Meaning in Life Questionnaire* sebelum diberikannya perlakuan (*pretest*). Pada saat *pretest* berlangsung peneliti dibantu oleh perawat panti werdha untuk mencari siapa saja lansia yang masih bisa diajak berkomunikasi dengan baik. Setelah dilakukannya *pretest* peneliti memberikan perlakuan (*storytelling*) terhadap keenam subjek yang sesuai dengan kriteria

subjek penelitian. *Storytelling* diberikan secara *face to face* dengan tujuan agar lansia lebih fokus dengan apa cerita yang dibacakan. Sebelumnya peneliti sudah menentukan cerita apa saja yang akan diberikan kepada subjek dan terdapat empat sesi dalam pemberian cerita. Pada sesi pertama subjek akan dibacakan cerita yang berjudul TUA, kemudian pada sesi kedua subjek akan dibacakan cerita yang berjudul Kisah Bunga Mawar dan Pohon Bambu, pada sesi ketiga subjek akan dibacakan cerita yang berjudul Bersyukur dan Bahagia kemudian pada sesi yang terakhir subjek akan dibacakan cerita yang berjudul Perjuangan Seorang Nenek. Dalam satu hari terdapat satu sesi dan setiap sesinya lansia akan dibacakan satu cerita. Setelah perlakuan diberikan, peneliti menanyakan pendapat subjek mengenai cerita yang disampaikan. Subjek diminta untuk menjelaskan maksud dari cerita yang telah disampaikan untuk mengetahui apakah subjek paham mengenai cerita yang disampaikan kemudian menghubungkan dengan pengalaman hidup subjek. Setelah itu diakhiri dengan pemberian *feedback* dari peneliti kepada subjek. Setelah semua sesi pemberian cerita dilakukan, peneliti melakukan memberikan skala *Meaning in Life Questionnaire* untuk melihat tingkat kebermaknaan hidup subjek setelah diberikannya perlakuan (*posttest*). *Posttest* dilakukan sehari setelah sesi cerita berakhir.

Teknik analisa data yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji *t non parametrik*. Penggunaan teknik analisa ini didasari pada jumlah subjek penelitian yang berjumlah 6 orang. Pengujian *non pramatetrik* digunakan apabila data tidak berdistribusi normal atau jumlah subjek kurang dari 30 (Santoso, 2015).

Penelitian ini menggunakan teknik analisa data Uji *Wilcoxon Signed Rank Test* untuk menguji sampel yang berhubungan, yaitu menguji perbedaan sebelum diberikan perlakuan (*pretest*) dan setelah diberikannya perlakuan (*posttest*). Teknik analisa ini digunakan untuk mengukur perbedaan setelah dan sesudah diberikannya perlakuan pada dua sampel yang berpasangan satu dengan yang lain yang berasal dari populasi yang sama (Santoso, 2015).

HASIL PENELITIAN

Terdapat 6 lansia yang dijadikan subjek penelitian karena memenuhi kriteria. Setelah penelitian ini dilakukan, diperoleh beberapa hasil yang akan dipaparkan dengan tabel-tabel berikut. Tabel pertama merupakan karakteristik subjek yang turut serta dalam penelitian Metode *Storytelling* Untuk Meningkatkan *Meaning Of Life* Pada Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Puspakarma berdasarkan pengumpulan data secara *purposive sampling*. Penelitian ini hanya menggunakan kelompok eksperimen tanpa adanya kelompok kontrol sebagai pembanding.

Tabel 2. Deskriptif subjek penelitian

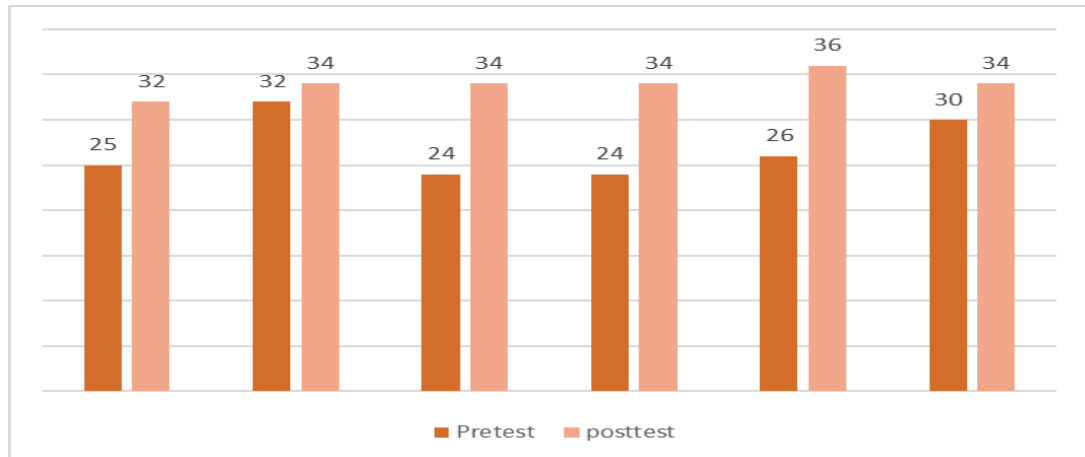
Kategori		Jumlah Lansia
Usia	60 tahun	1 (16,6%)
	64 tahun	2 (33,4%)
	70 tahun	2 (33,4%)
	>80 tahun	1 (16,6%)
Jenis Kelamin	Laki-laki	3 (50%)
	Perempuan	3 (50%)
Lama Tinggal di Panti	1 tahun	1 (16,6%)
	2 tahun	2 (33,4%)
	3 tahun	1 (16,6%)
	5 tahun	2 (33,4%)

Berdasarkan Tabel 2 tersebut dapat dilihat bahwa karakteristik subjek penelitian 16,6% berusia 60 tahun, 33,4% berusia 64 tahun, 33,4% berusia 70 tahun dan 16,6% berusia diatas 80 tahun. Subjek laki-laki sebanyak 3orang (50%) dan subjek perempuan sebanyak 3 orang (50%).

Tabel 3. Hasil *pre-test* dan *post-test*

Subjek	Usia	<i>Pre-test</i>	<i>Post-test</i>
PS	60 tahun	30	34
ME	64 tahun	24	34
MS	64 tahun	24	34
PH	70 tahun	32	34
PM	70 tahun	26	36
MM	81 tahun	25	32

Dari Tabel 3. dapat dilihat adanya perbedaan hasil sebelum diberikan perlakuan (*pre-test*) dan setelah diberikannya perlakuan (*post-test*).



Gambar 1. Hasil *pre-test* dan *post-test*

Berdasarkan gambar diatas, dapat dilihat adanya perbedaan tingkat antara hasil dari *pre-test* dan hasil dari *post-test*. Adanya perbandingan ini dapat terlihat dari perbedaan gambar pada saat melakukan *pre-test* dengan gambar *post-test*. Hasil *pre-test* yang paling tinggi adalah 30 dan terendah adalah 24, sedangkan pada hasil *post-test* meningkat menjadi 36 untuk hasil tertinggi dan 32 untuk hasil terendah.

Tabel 4. Deskriptif uji wilcoxon kelompok eksperimen

Kelompok	N	Z	Sig
Eksperimen	6	-2, 226	0,026

Berdasarkan tabel hasil uji analisis *Wilcoxon Signed Rank Test*, menunjukkan hasil sig sebesar 0,026. Hasil tersebut menunjukkan bahwa nilai $0,026 < 0,05$ yang berarti bahwa hipotesis diterima. Hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya peningkatan *meaning of life* pada lansia setelah diberikan perlakuan.

DISKUSI

Hasil dari penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa adanya peningkatan *meaning of life* pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Puspakarma melalui metode *storytelling*. Hal ini dapat dibuktikan dengan adanya perbedaan tingkat *meaning of life* setelah diberi perlakuan (*post-test*). Hasil ini berdasarkan uji analisis *wilcoxon signed rank test* yang digunakan untuk melihat perbandingan *meaning of life* lansia yang menunjukkan adanya peningkatan setelah diberi perlakuan.

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan *storytelling* sebagai metode untuk meningkatkan *meaning of life* pada lansia yang tinggal di Panti Werdha Puspakarma Mataram. *Storytelling* diberikan kepada 6 subjek yang memiliki nilai skor *meaning of life* rendah dan sangat rendah. Pada kegiatan ini peneliti juga

melakukan wawancara kepada subjek guna untuk mengetahui apa yang dirasakan oleh subjek setelah mendengar cerita yang dibacakan.

Proses yang ada didalam *storytelling* yaitu ada tiga, yang pertama adalah pembacaan cerita, kedua pendengar menceritakan kembali cerita yang sudah disampaikan dan menjelaskan mengenai nilai yang terkandung dalam cerita. Kemudian proses yang ketiga yaitu pendengar mengkaitkan permasalahan yang terjadi didalam cerita dengan pengalaman hidupnya.

Pada saat proses yang kedua berguna untuk membantu lansia agar tidak langsung menceritakan mengenai permasalahan yang ada pada dirinya akan tetapi lebih dahulu menceritakan inti dari cerita yang sudah disampaikan. Hal ini berguna untuk melihat sejauhmana pemahaman lansia mengenai cerita yang sudah disampaikan. Pada proses ini lansia juga diminta untuk mencari tahu mengenai permasalahan yang ada di dalam cerita dan membuat kesimpulan mengapa hal tersebut bisa terjadi pada diri tokoh dalam cerita.

Kemampuan lansia untuk mengingat kembali cerita yang disampaikan cenderung rendah hal ini dikarenakan pada saat memasuki masa lanjut usia kemampuan kognitif dalam mengingat akan berkurang (Jahja, 2011). Sehingga pada saat ini peneliti harus mengulang membacakan cerita sampai lansia paham mengenai isi dari cerita yang disampaikan.

Setelah lansia paham mengenai cerita yang disampaikan akan dilanjutkan dengan proses yang ketiga. Pada proses ini lansia diminta untuk mengkaitkan pengalaman tokoh dalam cerita dengan pengalaman hidupnya. Lansia mulai mengidentifikasi permasalahan yang terjadi pada dirinya mengapa mereka memiliki makna hidup yang rendah. Lansia mencari tahu hal-hal yang menyebabkan kebermaknaan hidup mereka rendah dan mulai membandingkan permasalahan yang dialami dengan tokoh dalam cerita.

Pengalaman hidup dan pandangan negatif terhadap diri sendiri membuat lansia yakin bahwa diusia yang sudah tidak lagi muda ini membuat mereka sia-sia jika melakukan banyak hal. Dari pemahaman negatif mengenai diri sendiri ini lansia akan mengkaitkan dengan sisi positif yang di dalam cerita yang sudah disampaikan sehingga lansia tahu apa yang seharusnya ia lakukan meskipun usianya sudah tidak muda dan tinggal di panti werrdha.

Perubahan pemahaman dalam diri lansia mengenai bagaimana cara menjalani hidup ini diperoleh dari hasil wawancara setelah metode *storytelling* diberikan. Lansia yang mengatakan bahwa ia sedang mencari makna dari hidupnya selama ini. Mereka menyatakan bahwa usia tua bukan halangan bagi seseorang untuk melakukan aktifitas meskipun keadaan fisik tidak sekuat pada saat muda akan tetapi hal tersebut tergantung bagaimana seseorang mau menjalani kehidupannya. Lansia juga menjelaskan bahwa walaupun tinggal di panti werdha dan jauh dari keluarga mereka harus tetap semangat.

Storytelling seringkali digunakan untuk membangkitkan semangat, pemahaman serta ide-ide baru bagi pendengarnya. Sehingga dengan diberikan perlakuan seperti ini lansia akan memiliki pemahaman mengenai *meaning of life*. Metode *storytelling* merupakan kegiatan bercerita dimana cerita yang diberikan memiliki

makna yang membuat pendengarnya memiliki pemahaman baru akan makna dari cerita yang dibacakan.

Cerita yang diberikan berdasarkan pada aspek *meaning of life*. Cerita ini dibuat untuk mengungkap aspek yang merupakan bagian dari *meaning of life* sehingga lansia yang diberikan cerita ini paham akan pentingnya *meaning of life*, mengetahui apa yang seharusnya dilakukan dan memiliki tujuan baik dalam jangka panjang maupun jangka pendek.

Storytelling merupakan sebuah metode yang baik untuk menceritakan hal-hal penting dalam hidup melalui cara yang mudah dan berkesan (Langer, 2016). Karena kegiatan ini memiliki potensi untuk memperkuat imajinasi, meningkatkan empati dan pemahaman, memperkuat nilai dan etika, dan merangsang proses pemikiran yang kreatif. Sebuah kegiatan yang berkesan tentu membuat orang lain bahagia sehingga kegiatan ini menjadi salah satu hal yang menyenangkan. Merasakan kesenangan dalam diri mampu menimbulkan perasaan positif. Seperti pernyataan yang disampaikan oleh subjek MS ketika ditanya bagaimana perasaannya setelah mendengar cerita yang disampaikan “*Mbah seneng kalo diceritain kayak begini*”. Dari kutipan tersebut mendukung teori yang disampaikan karena dengan *storytelling* lansia bisa mempertahankan situasi emosional yang positif.

Adanya interaksi sosial dalam kegiatan *storytelling* mampu merangsang seseorang untuk bersedia menceritakan pengalaman hidupnya (Costa, Polaro, Vahl, & Gonvalces, 2016). *Storytelling* merupakan salah satu bentuk komunikasi yang memberikan kesempatan bagi lansia untuk menceritakan pengalaman hidupnya. Membuat lansia tidak segan untuk menceritakan apa yang dirasakannya. Dari proses mengungkapkan perasaan ini dapat membantu untuk mengurangi beban yang dirasakan oleh lansia. Seperti yang disampaikan oleh subjek PS “*Legarasanya papuq ee bisa cerita kayak gini*”. Dari kutipan tersebut subjek menyatakan bahwa ia merasa lega karena bisa berbagi cerita dan pengalaman hidupnya dengan orang lain sehingga beban yang dimilikinya berkurang.

Pada saat *feedback*, lansia diminta untuk memberikan komentar mengenai cerita yang telah dibacakan. Lansia juga diminta untuk menjelaskan nilai dari cerita dengan demikian peneliti bisa melihat sejauh mana pemahaman lansia dengan cerita yang sudah dibacakan sehingga makna hidup lansia meningkat. Salah satu subjek menyatakan “*Dari cerita yang embak nadya ceritain sekarang saya mikir kalo hidup saya masih beruntung.*” Subjek juga mengatakan “*tujuan hidup saya ya embak saya kepingin bermanfaat buat orang lain supaya saya jugak seneng*”. Dari kutipan tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa dengan adanya *storytelling* lansia paham akan tujuan hidupnya dan apa yang ia inginkan.

Kemampuan untuk memaknai hidup merupakan kondisi akhir dari lansia dalam memahami dan menyadari kondisi diri, bagaimana cara untuk mencari makna hidup. Adanya perubahan dalam berpikir dan berperilaku terjadi karena adanya pengaruh dari kekuatan pemberian informasi melalui *storytelling*. Setiap individu memiliki kebebasan dalam menemukan makna hidupnya sendiri dalam kondisi apapun dan harus disertai dengan keyakinan (Bastaman, 2007)

Kemudian hal ini sangat berkaitan dengan meningkatnya *meaning of life* pada penelitian ini. Berdasarkan uji analisis *wilcoxon* hasil dari penelitian ini memiliki gambaran adanya perbedaan yang signifikan pada saat sebelum diberikannya perlakuan (*pre-test*) dan setelah diberikannya perlakuan (*post-test*). Hasil signifikansi $0,026 < 0,05$. Dengan demikian hal ini membuktikan bahwa *storytelling* merupakan bentuk perlakuan yang dapat meningkatkan *meaning of life* pada lansia yang tinggal di panti werdha.

Penelitian ini tidak lepas dari adanya kekurangan dan beberapa hambatan. Adapun kekurangan dari penelitian ini adalah jumlah subjek yang hanya 6 orang. Kurangnya subjek juga menyebabkan tidak adanya penggunaan kelompok kontrol sebagai pembanding. Selain itu peneliti juga tidak melakukan seleksi terlebih dahulu terhadap pendidikan subjek dan tidak adanya kontrol pada variabel-variabel lain yang dapat mempengaruhi intervensi. Selain itu hambatan yang dihadapi selama penelitian berlangsung adalah terkadang beberapa subjek tidak mudah mengerti dengan cerita yang disampaikan sehingga penulis harus mengulang sesi *storytelling* hingga lansia benar-benar paham nilai yang terkandung dalam cerita. Suasana panti yang tergolong tenang awalnya tidak mengganggu kegiatan *storytelling*, akan tetapi ketika sesi ini dilakukan tidak jarang lansia yang bukan menjadi subjek penelitian ikut serta dalam kegiatan *storytelling* sehingga mengganggu konsentrasi subjek.

SIMPULAN DAN IMPLIKASI

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan tingkat *meaning of life* yang signifikan setelah diberikan perlakuan. Hal ini menunjukkan bahwa adanya perbedaan rata-rata tingkat *meaning of life* lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Puspakarma pada saat sebelum dan sesudah diberikan metode *Storytelling*. Penelitian ini membuktikan bahwa metode *Storytelling* dapat meningkatkan *meaning of life* pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Puspakarma. Implikasi dari penelitian ini adalah metode *Storytelling* ini dapat diberikan tidak hanya untuk lansia saja, tetapi bagi mereka yang memiliki *meaning of life* yang rendah, akan tetapi cerita yang diberikan harus disesuaikan dengan subjek penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Alwisol. (2011). *Psikologi kepribadian*. Malang: UMM Press.
- Ariani, M. A. (2012). Storytelling untuk meningkatkan happiness pada lansia yang tinggal di panti werdha. *skripsi psikologi*. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang.
- Bastaman, H. D. (2007). *Logoterapi psikologi untuk menemukan makna hidup dan meraih hidup bermakna*. Jakarta : PT RajaGrafindo Persada.
- Costa, N. P., Polaro, S. H., Vahl, E. A., & Gonvalces, L. H. (2016). Storytelling: a care technology in continuing education for active ageing. *Revista Brasileria*, 1068-1075.
- Destyana, E. (2016). Upaya meningkatkan sikap empati melalui metode storytelling pada siswa sd negeri caturtunggal 3 depok. *E-Journal Bimbingan dan Konseling*, 247-256.
- Eidinow, E., & Ramirez, R. (2016). The Aesthetics of Story Telling as A Technology of The Plausible. 43-49.
- Frankl, V. E. (2004). *Man's search for meaning, mencari makna hidup*. Bandung: Penerbit Nuansa.
- Fitrianti, E. I., & Herdiyanto, Y. K. (2016). Kebermaknaan hidup individu dengan gangguan skizotipal yang memiliki konsep diri indigo. *Journal Psikologi Udaya*, 310-323.
- Gracia, L. G. (2007). Tingkat kebermaknaan hidup dewasa madya yang bekerja. *Skripsi Psikologi*. Yogyakarta: Universitas Sanata Dharma.
- Jahja, Y. (2011). *Psikologi perkembangan*. Jakarta: Prenada Media Group.
- Ju, H., Shin, J. W., Kim, C. W., Hyun, M. H., & Park, J. W. (2013). Mediatlional effect of meaning in life on the relationship between optimism and well-being in community elderly. *Archives Of Gerontology And Geriatrics*, 309-313.
- Kaharingan, E., Bidjuni , H., & Karundeng, M. (2015). Pengaruh penerapan terapi okupasi terhadap kebermaknaan hidup pada lansia di panti werdha damai ranomuut manado. *ejournal keperawatan*, 1-8.
- Langer, N. (2016). The power of storytelling and the preservation of memories. *Educational Gerontology*, 739.
- Lasker, J., & Beukelman, D. R. (1999). Peers' perceptions of story telling by an adult with aphasia. *Aphasiology*, 857-869.
- Latipun. (2010). *Psikologi eksperimen*. Malang: UMM Press.

- Mar'at, S. (2013). *Psikologi perkembangan*. Bandung: Rosda.
- Marliani, R. (2013). *Psikologi eksperimen*. Bandung: CV. Pustaka Setia.
- Misiak, H., & Sexton, V. S. (2005). *Psikologi fenomenologi, eksistensial dan humanistik*. Bandung: PT. Refika Aditama.
- Mustari, A. S., Rachmawati, Y., & Nugroho, S. W. (2015). *Statistik penduduk lansia 2014*. Jakarta: Badan pusat statistik.
- Nabila, A. I. (2015). penerapan metode storytelling untuk mengurangi rasa takut pada korban bullying siswa sekolah menengah pertama (SMP) X. *program magister psikologi profesi*, 1-21.
- Park, H. J., & Jeong, D. Y. (2016). Moderation effects of perfectionism and meaning in life on depression. *Personality And Individual Differences*, 25-29.
- Purwantini, L. (2014). Kebermaknaan hidup lansia di panti werdha bekasi. *jurnal soul*, 45-54.
- Santoso, S. (2015). *Menguasai statistik nonparametrik*. Jakarta: PT. Elex Media Komputindo.
- Santrock, J. W. (2012). *Life-span development perkembangan masa hidup edisi ketigabelas jilid 1*. Jakarta: Erlangga.
- Serrat, O. (2008). *Storytelling*. United States of America: Reed Elsevier
- Schulenberg, S. E., Strack, K. M., & Buchanan, E. M. (2011). The meaning in life questionnaire: psychometric properties with individuals with serious mental illness in an inpatient setting. *Journal Of Clinical Psychology*, 1210-1219.
- Scott, K., & DeBrew, J. K. (2009). Helping older adults find meaning and purpose through storytelling. *Journal Of Gerontological Nursing*, 38-43.
- Streger, M. F., Oishi, S., & Kashdan, T. B. (2009). meaning in life across the life span: levels and correlates of meaning in life from emerging childhood to older adulthood. *The Journal Of Positive Psychology*, 43-52.
- Streger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., & Kaler, M. (2006). the meaning in life questionnaire: assesing the prescence of and search for meaning in Life. *Journal Of Counseling Psychology*, 53, 80-93.
- Suardiman, S. P. (2011). *Psikologi lanjut usia*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.

LAMPIRAN



LAMPIRAN 1

Analisis Validitas dan Reabilitas

Case Processing Summary

	N	%
Valid	30	100,0
Cases Excluded ^a	0	,0
Total	30	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
,838	,848	10

Summary Item Statistics

	Mean	Minimum	Maximum	Range	Maximum / Minimum	Variance	N of Items
Item Means	3,693	3,100	4,467	1,367	1,441	,251	10

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
item1	33,43	11,495	,844	.	,786
item2	33,70	13,528	,425	.	,836
item3	33,03	15,482	,405	.	,836
item4	33,77	13,289	,544	.	,822
item5	32,73	15,030	,429	.	,833
item6	33,03	15,482	,405	.	,836
item7	32,47	13,499	,748	.	,807
item8	33,67	12,230	,674	.	,807
item9	32,73	12,685	,560	.	,821
item10	33,83	13,730	,438	.	,833



LAMPIRAN 2

Skala Penelitian

Nama :

P/ L :

Usia :

PETUNJUK

Sesuai dengan yang saudara/I ketahui, berilah penilaian terhadap diri anda sendiri dengan jujur berdasarkan pernyataan di bawah ini dengan cara memberi tanda checklist salah satu dari lima kolom, dengan keterangan sebagai berikut:

STS : Sangat tidak setuju

TS : Tidak setuju

N : Diantara setuju dan tidak setuju

S : Setuju

SS : Sangat setuju

No.	Pernyataan	SS	S	N	TS	STS
1	Saya memahami arti hidup saya					
2	Saya berusaha mencari sesuatu yang dapat membuat saya memiliki arti hidup					
3	Saya selalu berusaha untuk menemukan tujuan hidup saya					
4	Saya memiliki tujuan hidup yang jelas					
5	Saya memiliki perasaan yang baik agar hidup saya memiliki arti					
6	Saya merasa puas ketika saya menemukan tujuan hidup					
7	Saya selalu mencari sesuatu yang dapat membuat hidup saya menjadi lebih baik					
8	Saya sedang mencari tujuan untuk hidup saya					
9	Saya tidak memiliki tujuan hidup yang jelas					
10	Saya sedang mencari makna dari kondisi yang saya alami saat ini					

LAMPIRAN 3
Blueprint Skala Kebermaknaan Hidup

No	Indikator	Item		
		F	UF	T
1	Keberadaan Makna	1, 4, 5, 6	9	5
2	Pencarian makna	2, 3, 7, 8, 10	-	5
	Total	9	1	10



LAMPIRAN 4
MODUL INTERVENSI

METODE *STORYTELLING* UNTUK MENINGKATKAN *MEANING OF LIFE* PADA LANSIA DI PANTI WERDHA PUSPAKARMA MATARAM



Oleh :

Nadya Ardisna Arianti

201310230311170

FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG

2017

1. Latar Belakang

Masa lanjut usia merupakan tahap terakhir dalam kehidupan manusia. Periode lanjut usia seperti halnya periode lain dalam perkembangannya akan muncul beberapa perubahan yang akan dialami. Proses menua yang dialami oleh lansia menyebabkan mereka rentan mengalami berbagai macam perasaan seperti sedih, cemas, kesepian, dan mudah tersinggung. Perasaan negatif yang muncul tersebut merupakan masalah psikologis yang terjadi pada lansia dan memberi pengaruh pada sisi emosional mereka. Perasaan tidak mampu, kematian pasangan atau orang-orang terdekat, hilangnya dukungan sosial dan penurunan kesempatan dalam hal ekonomi karena tidak bekerja atau pensiun (Suprpto, 2013).

Berbagai persoalan tersebut dapat mempengaruhi lansia dalam memaknai kehidupan. Kebermaknaan hidup lansia berkaitan dengan persepsi terhadap kualitas hidup, yang mencakup kesejahteraan psikologis, fungsi fisik yang baik, hubungan dengan orang lain, kesehatan dan aktivitas sosial. Memiliki makna hidup berarti dapat meningkatkan semangat hidup dan meletakkan dasar untuk kesejahteraan

Kemunduran fungsi tubuh dan berkurangnya peran di masyarakat bagi lansia dapat membuat emosi yang labil, mudah tersinggung, gampang merasa dilecehkan, kecewa, tidak bahagia, perasaan kehilangan dan tidak berguna. Lansia sering dianggap tidak berdaya, sakit-sakitan, tidak produktif, serta tak jarang diperlakukan sebagai beban keluarga (Bandiyah, 2009). Selain itu, terdapat perubahan sosial antara lain terjadinya penurunan aktivitas, peran dan partisipasi sosial (Partini, 2002 dalam Sarvatra). Perasaan tersebut muncul dikarenakan rendahnya makna hidup pada diri lansia tersebut sehingga membuat lansia tidak memiliki rasa harga diri yang kuat dan perasaan rendah diri.

Keberadaan keluarga dalam kehidupan lanjut usia memberikan dampak tersendiri bagi lanjut usia, yang tanpa disengaja akan berpengaruh bagi pencapaian kesejahteraannya di hari tua, baik pada

kesejahteraan psikologis ataupun kesejahteraan hidup. Menurut Suardiman (2011) kepuasan hidup menunjuk kepada kesejahteraan. Dengan keberadaan keluarga, lanjut usia merasa mendapatkan dukungan dan diperhatikan, sehingga dapat melanjutkan proses hidupnya. Lansia yang berhasil menemukan makna hidup, maka mereka dapat menjalani kehidupan dengan penuh semangat dan optimisme, mempunyai tujuan yang jelas baik jangka pendek maupun jangka panjang dan bertanggung jawab baik terhadap diri sendiri, lingkungan atau masyarakat.

Berdasarkan data awal dari 3 responden yang telah diwawancarai mengenai makna hidup, diketahui bahwa faktor yang berpengaruh yakni kondisi dukungan sosial dari keluarga. Rata-rata dari lansia tersebut masih memiliki keluarga. Seringkali pihak keluarga datang menjenguk, meskipun hanya sekedar mengantarkan kebutuhan sandang. Adapun dari lansia tersebut jarang dijenguk pihak keluarga, antara lain dikarenakan pihak keluarga tidak memiliki waktu atau memiliki kesibukan lain. Kurangnya intensitas untuk bertemu keluarga inilah yang menyebabkan lansia panti werdha Al-Ishlah merasakan kesepian dan keterasingan dari lingkungan. Jika lansia dapat mempertahankan pola hidup dengan baik serta mampu memandang suatunya kehidupan, maka sampai ajal menjemput, mereka masih dapat berbuat hal yang banyak bagi kepentingan semua orang (Sukarti, 2004).

Dalam berbagai masalah yang timbul tersebut dapat mempengaruhi kebermaknaan hidup lanjut usia. Makna hidup mempunyai arti yang berbeda pada setiap individu tergantung dari sudut pandang tertentu individu melihatnya dan mengartikannya. Makna hidup adalah hal-hal yang dianggap sangat penting dan berharga serta memberikan nilai khusus bagi seseorang, sehingga layak dijadikan tujuan dalam kehidupan. Jika hal itu berhasil dipenuhi maka akan menyebabkan seseorang merasakan kehidupan yang berarti yang pada akhirnya akan menimbulkan perasaan bahagia (Bastaman, 2007). Sedangkan Seligman (2005) menjelaskan bahwa kebahagiaan merupakan konsep yang mengacu pada emosi positif yang dirasakan individu serta aktivitas-aktivitas positif yang disukai oleh

individu tersebut, kemudian membagi emosi positif tersebut menjadi tiga macam yaitu emosi yang diarahkan atau datang dari masa lalu, masa sekarang dan masa depan. Rasa puas, bangga, dantenang adalah emosi yang berorientasi pada masa lalu. Optimisme, harapan, kepercayaan, keyakinan dan kepercayaan diri adalah emosi yang berorientasi pada masa depan. Semangat, riang, gembira, ceria serta merujuk pada aktivitas yang disukai merupakan emosi positif yang berasal dari masa sekarang. Hidup yang bermakna adalah corak kehidupan yang sarat dengan kegiatan, penghayatan, dan pengalaman-pengalaman bermakna. Makna hidup menurut Bastaman (2007) adalah sesuatu yang dirasakan penting, benar, berharga, dan didambakan serta memberikan nilai khusus bagi seseorang dan layak dijadikan tujuan hidup. Dalam menemukan makna hidup diperlukan adanya tanggung jawab pribadi untuk tetap bertahan hidup.

Lanjut usia yang hidupnya bermakna antara lain digambarkan dengan orang-orang yang menerima dan bersikap positif terhadap ketuaannya serta menjalaninya dengan tenang. Pada dasarnya jika individu memiliki makna hidup yang positif maka akan memunculkan persepsi positif pada diri individu bahwa segala peristiwa yang terjadi memiliki nilai khusus yang berarti dan dapat dijadikan pembelajaran di kehidupan pada masa yang akan datang sehingga dalam hal ini akan menimbulkan rasa bahagia (Kleftaras & Psarra, 2012). Adanya komunikasi timbal balik merupakan salah satu bentuk menciptakan adanya rasa kedamaian ataupun kepuasan bagi lanjut usia sehingga tidak menimbulkan permasalahan tersendiri bagi lanjut usia seperti stress, rasa cemas ataupun frustrasi. Kegiatan bagi lansia yang bersifat produktif juga membawa implikasi sosial tidak saja bagi lanjut usia itu sendiri, keluarga tetapi juga masyarakat (Suardiman, 2011).

Melalui aktivitas mereka dapat berkumpul dan berkomunikasi dengan sesama. Salah satu contoh dari komunikasi yaitu memberikan *storytelling* pada lanjut usia. Metode tersebut dirasa mampu untuk meningkatkan *meaning of life* pada lansia. Pada dasarnya *storytelling* memberi kesempatan pada lansia untuk berbagi cerita dan

pengalaman hidup. Menurut Serrat (2008) *storytelling* merupakan suatu proses menjelaskan gambaran hidup mengenai sebuah ide, keyakinan, pengalaman pribadi, dan pelajaran hidup melalui cerita yang dapat membangkitkan emosi dan memberi wawasan atau kesadaran terhadap suatu nilai (Serrat, 2008).

Seperti penelitian sebelumnya yang berjudul “*Storytelling* untuk Meningkatkan *Happiness* pada Lansia yang Tinggal di Panti Werdha” diketahui bahwa hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan tingkat *happiness* pada subjek penelitian sebelum mendapat perlakuan dengan setelah mendapatkan perlakuan (*storytelling*). Terbukti bahwa metode *storytelling* mampu meningkatkan *happiness* pada lansia karena dengan sebuah cerita, seseorang dapat membangkitkan emosi orang lain. Selain itu *storytelling* merupakan salah satu media komunikasi untuk berbagi pengalaman maupun menanamkan suatu nilai. Cerita yang disampaikan yaitu berupa penggambaran makna hidup, serta bernilai bagi pendengar maupun pencerita.

Berdasarkan pemaparan diatas, modul ini dibuat sebagai rancangan untuk melakukan intervensi melalui metode *story telling* yang diharapkan dapat meningkatkan *meaning of life* pada lansia.

2. Teori Dasar

Pengertian *Meaning Of Life*

Makna hidup menurut Bastaman (2007) adalah sesuatu yang dirasakan penting, benar, berharga, dan didambakan serta memberikan nilai khusus bagi seseorang dan layak dijadikan tujuan hidup. Dalam menemukan makna hidup diperlukan adanya tanggung jawab pribadi untuk tetap bertahan hidup.

Steger, Oishi, & Kashdan (2009) yang menyatakan bahwa *Meaning of life* mengacu pada sejauh mana seseorang memahami hidup mereka disertai dengan sejauh mana mereka memiliki harapan, misi serta tujuan dalam hidup yang membuat hidup mereka lebih terarah dan memiliki makna..

Kebermaknaan hidup, dapat diwujudkan dalam sebuah keinginan untuk menjadi orang yang berguna untuk orang lainnya, apakah itu anak, istri, keluarga dekat, komunitas, negara, dan bahkan umat manusia (Frankl, 2003).

Kerangka pikir teori yang dikemukakan Viktor Frankl digambarkan secara ringkas sebagai berikut: Setiap orang selalu mendambakan kebahagiaan dalam hidupnya. Dalam pandangan teori Viktor Frankl kebahagiaan itu ternyata tidak terjadi begitu saja tetapi merupakan akibat sampingan dari keberhasilan seseorang memenuhi keinginannya untuk bermakna (*the will to meaning*) dan menemukan makna hidupnya (*the meaning of life*). Mereka yang berhasil memenuhinya akan mengalami hidup yang bermakna (*the meaningful life*), dan ganjaran dari hidup yang bermakna adalah kebahagiaan. Di lain pihak mereka yang tak berhasil memenuhi motivasi ini akan mengalami kekecewaan dan kehampaan hidup serta merasakan hidupnya tidak bermakna (Bastaman, 2007).

Dengan demikian makna hidup dapat diartikan sebagai sesuatu yang diharapkan dalam hidup sebagai arah tujuan dalam hidup untuk menemukan suatu istilah yang dianggap bermakna dan dapat menjadikan hikmah dibalik peristiwa yang dialaminya.

Aspek-aspek Kebermaknaan Hidup (*meaning of life*)

Penghayatan pada suatu hal yang memiliki nilai penting dalam diri seseorang yang menimbulkan motivasi untuk membuat kualitas hidupnya menjadi tinggi. Michael F. Streger (2006) mengatakan bahwa makna hidup terdapat dua aspek yang ada dalam diri manusia, yaitu : 1) Kehadiran Makna. Dimana keadaan seseorang merespon tentang kehidupan yang sudah dilaluinya dan sedang dialaminya. Hal ini bersifat subjektif dan bersifat individual tergantung bagaimana seseorang mempresepsikan suatu kejadian atau kasus, serta dipengaruhi oleh waktu, 2) Mencari Makna. Dimana dorongan seseorang untuk mencari makna hidup seberapa besar perjuangan mencari makna dan memahaminya, baik

dalam keadaan menderita maupun senang. Pencarian makna hidup merupakan suatu elemen yang dapat melahirkan kebermaknaan hidup pada seseorang dalam berbagai kondisi.

Sumber-sumber Kebermaknaan Hidup (*meaning of life*)

Victor Frankl (dalam Bastaman, 2007: 46) mengemukakan sumber-sumber kebermaknaan hidup, yaitu: 1) *Creative values* (nilai-nilai kreatif) yaitu kegiatan berkarya, bekerja, mencipta serta melaksanakan tugas dan kewajiban sebaik-baiknya yang dilakukan dengan penuh tanggung Jawab. 2) *Experiential values* (nilai-nilai penghayatan) yaitu keyakinan dan penghayatan akan nilai-nilai kebenaran, kebajikan, keinfahan, keimanan, dan keagamaan, serta cinta kasih. Menghayati dan meyakini suatu nilai dapat menjadikan seseorang berarti hidupnya. 3) *Attitudinal values* (nilai-nilai bersikap) yaitu menerima dengan penuh ketabahan, kesabaran dan keberanian segala bentuk penderitaan yang tidak mungkin dielakkan lagi, seperti sakit yang tidak dapat disembuhkan, kematian dan menjelang kematian, setelah segala upaya dan ikhtiar dilakukan secara maksimal. ditemukan, asalkan saja dapat mengambil sikap yang tepat dalam menghadapinya. 4) *Hopeful values* (harapan) yaitu selain tiga ragam nilai yang dikemukakan oleh Victor Frankl, ada nilai lain yang menurut Bastaman dapat menjadikan hidup bermakna, yaitu harapan (*hope*) (Bastaman, 2007). Harapan adalah keyakinan akan terjadinya hal-hal yang baik atau perubahan yang menguntungkan di kemudian hari.

Karakteristik Kebermaknaan Hidup (*meaning of life*)

Bastaman (2007: 51) mengemukakan gambaran mengenai beberapa sifat khusus dari makna hidup, yaitu: 1) Makna hidup itu sifatnya unik, pribadi dan temporer, artinya apa yang dianggap berarti oleh seseorang belum tentu berarti pula bagi orang lain. makna hidup seseorang dan apa yang bermakna bagi dirinya biasanya bersifat khusus, berbeda dan tak sama dengan makna hidup orang lain, serta mungkin pula dari waktu ke waktu berubah. 2) Makna hidup itu sifatnya unik dan nyata, dalam

artian makna hidup benar-benar dapat ditemukan dalam pengalaman dan kehidupan sehari-hari, serta tidak perlu selalu dikaitkan dengan hal-hal yang serba abstrak-filosofis, tujuan-tujuan idealistis dan prestasi-prestasi akademis yang serba menakjubkan. 3) Makna hidup adalah memberi pedoman dan arah terhadap kegiatan-kegiatan kita, sehingga makna hidup itu seakan-akan menantang kita untuk memenuhinya. Makna hidup ditemukan dan tujuan hidup ditentukan, kita seakan-akan terpanggil untuk melaksanakan dan memenuhinya, serta kegiatan-kegiatan kita pun menjadi lebih terarah kepada pemenuhan itu.

Pengertian *Storytelling*

Storytelling merupakan penghubung sebuah cerita kepada satu atau lebih pendengar melalui suara. Menurut Anting (2009) *storytelling* atau bercerita adalah membicarakan kembali sesuatu yang telah didengar atau sesuatu yang telah dilihat. Selain itu, *storytelling* juga didefinisikan sebagai sebuah seni dalam menggunakan bahasa secara lisan, gerakan fisik dan bahasa tubuh untuk mengungkapkan unsur-unsur dan kesan detail dari sebuah cerita kepada orang lain secara langsung.

Storytelling merupakan suatu kegiatan menceritakan sebuah cerita dengan cara yang menghibur, mengesankan, atau secara dramatisasi. Proses bercerita dapat dilakukan dengan posisi berdiri atau duduk dan menggunakan suara atau bahasa tubuh dalam menyampaikan isi cerita tanpa membaca isi buku atau cerita.

Storytelling adalah proses menjelaskan gambaran hidup mengenai sebuah ide, keyakinan, pengalaman pribadi, dan pelajaran hidup melalui cerita yang dapat membangkitkan emosi dan member wawasan atau kesadaran yang mendalam terhadap sesuatu (*insight*) (Serrat, 2008).

Jadi, dapat ditarik kesimpulan bahwa *storytelling* merupakan seni dalam menyampaikan suatu cerita yang dilakukan untuk memberikan hiburan, kesan, serta pelajaran hidup.

Manfaat *Storytelling*

Adapun manfaat *storytelling*, tak hanya bagi pendengar tetapi juga bagi orang yang mendongengkannya. Menurut Hibana (dalam Kusmiadi, 2008), manfaat dari kegiatan mendongeng ini antara lain adalah:

- a. Mengembangkan fantasi, empati dan berbagai jenis perasaan lain.
- b. Membangun kedekatan dan keharmonisan.
- c. Media pembelajaran.

Menurut Serrat (2008), secara umum metode *storytelling* merupakan salah satu cara untuk:

- a. Membuat konsep yang ingin disampaikan menjadi sesuatu yang penuh makna.
- b. Menjadi sarana penghubung antara seseorang dengan suatu pemikiran.
- c. Dapat menjadi sarana berbagi inspirasi dan meningkatkan motivasi untuk bertindak atau melakukan suatu perubahan.
- d. Memberi kesempatan dalam memandang sesuatu dari sudut pandang yang berbeda.
- e. Mengembangkan suatu pesan moral yang berharga terhadap suatu keadaan dengan mengaplikasikan pengetahuan dan pengalaman seseorang di dalamnya, sehingga member kemungkinan untuk menemukan solusi terhadap suatu permasalahan.
- f. Sebagai media untuk menyampaikan suatu pesan moral.
- g. Dapat memberi inspirasi untuk melakukan suatu perubahan dalam diri seseorang.

Selain itu, dengan metode *storytelling* seseorang dapat memberi kesadaran pada orang lain untuk melakukan perubahan dan menanamkan nilai moral. Melalui *storytelling* kita dapat menemukan sejarah kehidupan kita, hal yang diinginkan di masa depan, serta tujuan hidup. Seorang pencerita (*story teller*) juga dapat meningkatkan motivasi seseorang lewat

cerita yang ia sampaikan. Jika seseorang yang mendengarkan cerita dapat memahami secara jelas mengenai maksud dan makna dari cerita yang disampaikan kemudian dikaitkan dengan kehidupan yang ia jalani, maka individu tersebut akan dapat memahami setiap kejadian yang terjadi dalam hidupnya dan dapat merencanakan kehidupannya secara lebih baik di masa depan.

Aplikasi *Storytelling*

Storytelling biasanya digunakan untuk mengidentifikasi dan menjadi sarana pembelajaran dengan menggali nilai-nilai moral yang ada dalam cerita yang disampaikan, sehingga dapat member inspirasi orang yang mendengarkan cerita tersebut dan memungkinkan si pendengar untuk melakukan perubahan kearah yang lebih baik. *Storytelling* biasanya diterapkan dalam beberapa kegiatan seperti kegiatan bercerita secara lisan, disampaikan secara berkelompok atau dalam suatu komunitas, kegiatan untuk memonitor dan mengevaluasi sesuatu, hiburan.

3. Tujuan Pembuatan Modul

Sebagai pegangan untuk melaksanakan penelitian eksperimen, terutama dengan tema besar “Metode *Storytelling*” pada lansia.

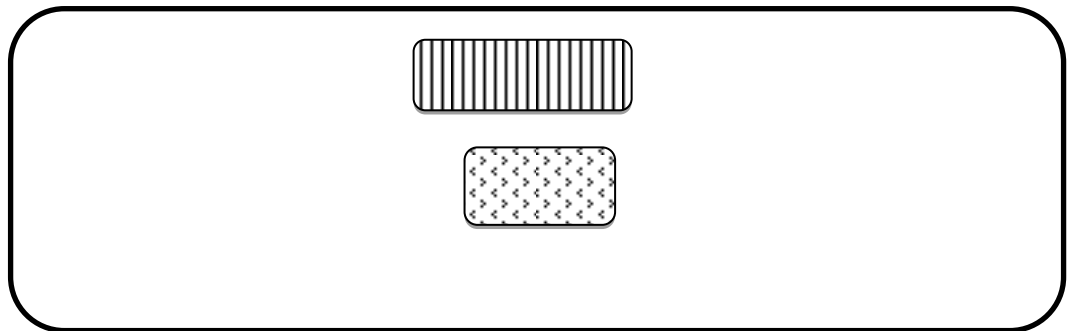
4. Manfaat Penelitian

Sebagai salah satu metode yang dapat dilakukan untuk meningkatkan *meaning of life* pada lansia. Selain itu, sebagai sarana *sharing*, membentuk komunikasi serta hubungan sosial yang baik antar lansia.

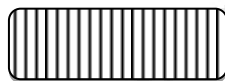
5. Waktu Pelaksanaan

Penelitian eksperimen ini akan dilaksanakan selama 6 hari. Dimulai dari tanggal 16 Januari – 21 Januari.

6. Tata Ruang



Keterangan :



: *Story teller*



: Subjek

7. Prosedur Kegiatan

PERTEMUAN II		
SESI I	KEGIATAN	WAKTU
<ul style="list-style-type: none"> Perkenalan kembali dan wawancara kepada subjek 	<ul style="list-style-type: none"> Membahas keadaan subjek dan hal seputar kehidupan subjek 	20 menit
<ul style="list-style-type: none"> Memberitahukan kepada subjek maksud dan tujuan dari kegiatan <i>storytelling</i> 	Menjelaskan tujuan penelitian	5 menit

<ul style="list-style-type: none"> • Cerita “TUA” 	<ul style="list-style-type: none"> • Membacakan sebuah cerita kepada subjek 	15 menit
<ul style="list-style-type: none"> • Feedback 	<ul style="list-style-type: none"> • Menanyakan perasaan subjek setelah mendengar cerita • Diskusi antara <i>story teller</i> dengan subjek mengenai pesan yang ada dalam cerita • Pemberian <i>feedback</i> dan kesimpulan mengenai isi cerita 	30 menit
PERTEMUAN III		
SESI II	KEGIATAN	WAKTU
<ul style="list-style-type: none"> • Pembuka 	<ul style="list-style-type: none"> • Menanyakan kabar 	10 menit
<ul style="list-style-type: none"> • Cerita Kisah Bunga Mawar dan Pohon Bambu 	<ul style="list-style-type: none"> • Membacakan sebuah cerita kepada subjek 	15 menit

<ul style="list-style-type: none"> <i>Feedback</i> 	<ul style="list-style-type: none"> Menanyakan perasaan subjek setelah mendengar cerita Diskusi antara <i>story teller</i> dengan subjek mengenai pesan yang ada dalam cerita Pemberian <i>feedback</i> dan kesimpulan mengenai isi cerita 	30 menit
PERTEMUAN IV		
SESI III	KEGIATAN	WAKTU
<ul style="list-style-type: none"> Pembuka 	<ul style="list-style-type: none"> Menanyakan kabar 	10 Menit
<ul style="list-style-type: none"> Cerita Bersyukur dan Bahagia 	<ul style="list-style-type: none"> Membacakan sebuah cerita kepada subjek 	15 Menit
<ul style="list-style-type: none"> <i>Feedback</i> 	<ul style="list-style-type: none"> Menanyakan perasaan subjek setelah mendengar cerita 	30 Menit

	<ul style="list-style-type: none"> • Diskusi antara <i>story teller</i> dengan subjek mengenai pesan yang ada dalam cerita • Pemberian <i>feedback</i> dan kesimpulan mengenai isi cerita 	
PERTEMUAN V		
SESI IV	KEGIATAN	WAKTU
<ul style="list-style-type: none"> • Pembuka 	<ul style="list-style-type: none"> • Menanyakan kabar 	10 Menit
<ul style="list-style-type: none"> • Cerita Perjuangan Seorang Nenek 	<ul style="list-style-type: none"> • Membacakan sebuah cerita kepada subjek 	15 Menit
<ul style="list-style-type: none"> • Feedback 	<ul style="list-style-type: none"> • Menanyakan perasaan subjek setelah mendengar cerita • Diskusi antara <i>story teller</i> dengan subjek mengenai pesan 	30 Menit

	yang ada dalam cerita <ul style="list-style-type: none"> • Pemberian <i>feedback</i> dan kesimpulan mengenai isi cerita 	
--	---	--

8. Rancangan Kegiatan Penelitian

Adapun uraian kegiatan penelitian eksperimen yang akan dilakukan adalah sebagai berikut:

A. Pertemuan Pertama

Pada tahap ini peneliti melakukan *pre-test* guna untuk mencari subjek yang sesuai dengan kriteria

B. Pertemuan Kedua

• Sesi 1

- ❖ Perkenalan kembali dan wawancara kepada subjek sesuai dengan *guide* wawancara

Waktu : 20 menit

Tujuan : Melakukan asesmen guna menambah informasi mengenai subjek

- ❖ Memberitahukan kepada subjek maksud dan tujuan dari kegiatan *storytelling*

Tujuan : Agar subjek paham maksud dan tujuan peneliti datang ke panti

Waktu : 5 menit

Prosedur : Peneliti menjelaskan maksud dan tujuan peneliti dan ke panti dan meminta izin untuk menjadikan subjek sebagai subjek penelitian.

❖ Penyampaian cerita

Tujuan :

1. Menanamkan kehidupan yang bermakna
2. Subjek mampu membekali dirinya untuk menerima apa yang sudah dilaluinya dan sedang dialaminya sehingga tidak terjadi keputusasaan

Alat dan bahan : Naskah cerita “TUA”**Waktu :** 15 menit**Prosedur :**

1. *Story teller* mengkondisikan subjek agar keadaan kondusif
2. *Story teller* memberitahu subjek mengenai kegiatan apa yang akan dilakukan selanjutnya
3. *Story teller* menyampaikan cerita yang berjudul “TUA”

❖ Diskusi dan *feedback***Alat dan Bahan :** -**Waktu :** 30 menit**Prosedur :**

1. Subjek diminta untuk menyampaikan perasaannya setelah mendengarkan cerita
2. Subjek diminta untuk menyampaikan pendapatnya
3. Subjek diminta untuk menyampaikan isi cerita yang berkaitan dengan kehidupannya

C. Pertemuan Ketiga

• Sesi 2

❖ Penyampaian cerita

Tujuan :

1. Mampu mendorong subjek untuk mencari makna hidup sejauh mana ia bisa memaknai hidupnya dalam berbagai kondisi

2. Subjek mampu mencari makna hidup dengan mengaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari

Alat dan bahan : Naskah cerita “Kisah Bunga Mawar dan Pohon Bambu”

Waktu : 15 menit

Prosedur :

1. *Story teller* mengkondisikan subjek agar keadaan kondusif
2. *Story teller* memberitahu subjek mengenai kegiatan apa yang akan dilakukan selanjutnya
3. *Story teller* menyampaikan cerita yang berjudul “Kisah Bunga Mawar dan Pohon Bambu”

❖ Diskusi dan *Feedback*

Waktu : 30 menit

Prosedur :

1. Subjek diminta untuk menyampaikan perasaannya setelah mendengarkan cerita
2. Subjek diminta untuk menyampaikan pendapatnya
3. Subjek diminta untuk menanggapi pendapat subjek yang lain

D. Pertemuan Keempat

- Sesi 3

❖ Penyampaian cerita

Tujuan :

1. Mampu mendorong subjek untuk mencari makna hidup sejauh mana ia bisa memaknai hidupnya dalam berbagai kondisi
2. Subjek mampu mencari makna hidup dengan mengaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari

Alat dan bahan : Naskah cerita “Kisah Bunga Mawar dan Pohon Bambu”

Waktu : 15 menit

Prosedur :

1. *Story teller* mengkondisikan subjek agar keadaan kondusif
2. *Story teller* memberitahu subjek mengenai kegiatan apa yang akan dilakukan selanjutnya
3. *Story teller* menyampaikan cerita yang berjudul “Bersyukur dan Bahagia”

❖ Diskusi dan *Feedback***Waktu** : 30 menit**Prosedur :**

1. Subjek diminta untuk menyampaikan perasaannya setelah mendengarkan cerita
2. Subjek diminta untuk menyampaikan pendapatnya
3. Subjek diminta untuk menanggapi pendapat subjek yang lain

E. Pertemuan Kelima• **Sesi 4**❖ **Penyampaian cerita****Tujuan :**

1. Mampu mendorong subjek untuk mencari makna hidup sejauhmana ia bisa memaknai hidupnya dalam berbagai kondisi
2. Subjek mampu mencari makna hidup dengan mengaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari

Alat dan bahan : Naskah cerita “Perjuangan Seorang Nenek”**Waktu** : 15 menit**Prosedur :**

1. *Story teller* menanyakan halapa saja yang sudah dilakukan setelah diberikan cerita pada pertemuan sebelumnya
2. *Story teller* memberitahu subjek mengenai kegiatan apa yang akan dilakukan selanjutnya
3. *Story teller* menyampaikan cerita yang berjudul “Perjuangan Seorang Nenek”

❖ Diskusi dan *Feedback*

Waktu : 30 menit

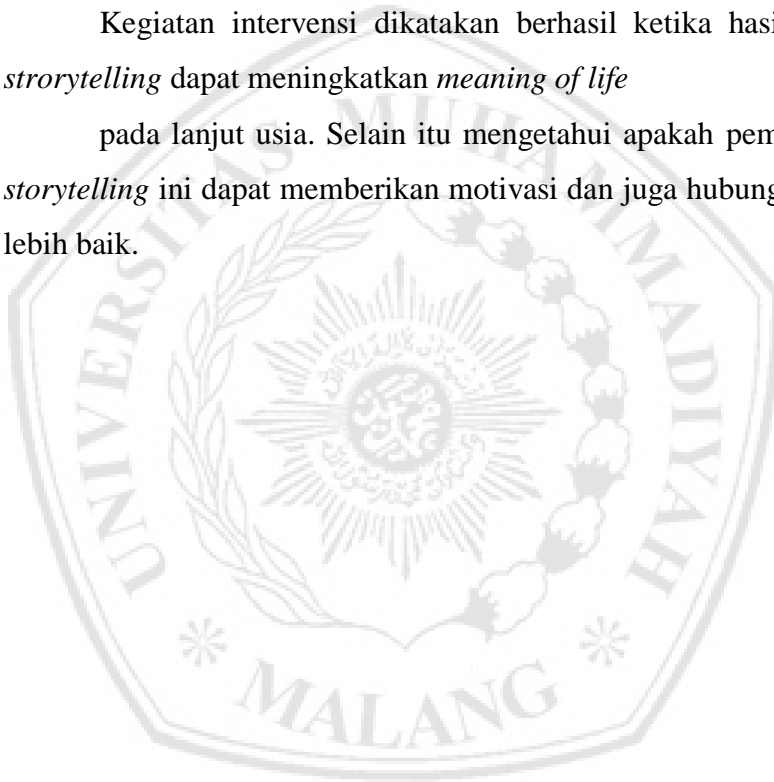
Prosedur :

1. Subjek diminta untuk menyampaikan perasaannya setelah mendengarkan cerita
2. Subjek diminta untuk menyampaikan pendapatnya
3. Subjek diminta untuk menanggapi isi dari cerita yang sudah disampaikan

F. *Post-test* dan Evaluasi

Kegiatan intervensi dikatakan berhasil ketika hasil dari metode *strorytelling* dapat meningkatkan *meaning of life*

pada lanjut usia. Selain itu mengetahui apakah pemberian metode *storytelling* ini dapat memberikan motivasi dan juga hubungan sosial yang lebih baik.



LAMPIRAN



Cerita I (pertemuan ke II)

T U A!!!

Dulu, saya selalu memimpikan kehidupan yang indah dengan anak, cucu, dan cicit saya. Saya selalu berharap seperti orang tua kebanyakan. Bermain bersama cucu di taman, menunggu anak dan menantu pulang kerja. Menyiram tanaman, membuatkan masakan untuk cucu, bercanda dengannya. Namun, pada kenyataannya semua yang saya harapkan berbeda dengan takdir yang telah ditentukan Tuhan.

Pada kenyataannya saya harus melewati masa tua di panti jompo bersama dengan orang-orang yang seumuran denganku. Umur saya saat ini 75 tahun, teman-teman saya disini juga begitu. Ada banyak alasan mengapa mereka tiba-tiba disini. Alasan pertama yang ku temukan adalah anak-anak mereka terlalu sibuk dengan urusan pekerjaannya, sehingga tidak ada waktu untuk mengurus orang tua yang mulai menua. Akhirnya anak-anak mereka menitipkan orang tuanya di panti jompo, banyak dari teman-teman saya disini yang merasa bahwa anak-anaknya mengabaikan diri mereka.

Lalu bagaimana dengan saya? Sebenarnya alasan saya tidak jauh beda dengan teman-teman yang lainnya. Anak saya bekerja di luar negeri, menjadi TKI. Biasanya dia pulang 5 tahun sekali, awalnya anak saya tidak mau menitipkan saya di panti jompo. Katanya takut durhaka sama orang tua. Namun, semakin lama ia meninggalkanku semakin ia khawatir disana. Saya seorang diri disini, suami sudah meninggal dan anak cuma 1 kerja di luar negeri jadi TKI Akhirnya, ia berbicara padaku untuk membawaku kesini, tujuannya agar aku tidak tinggal sendirian di rumah dan ada teman yang seumuran, hehehehe. Dengan segera aku meng-iya-kan pendapat anakku. Aku juga tidak mau terlalu merepotkan tetangga sekitar rumah.

Disini teman-temanku banyak yang merasa kesepian, mereka tidak tahu harus berbuat apa di masa tuanya. Aku sebenarnya tidak suka dengan cara pandang orang tua seumuranku yang seperti itu. Jika tidak bisa berbuat apa-apa, ayo kita buat sesuatu. Jangan pernah berpikir bahwa ketika kita menjadi tua, maka kita tidak bisa melakukan apa-apa. Tepis pandangan yang seperti itu, ketika kita sudah mulai tua yang harus kita lakukan ialah kita harus lebih memperbanyak

mendekatkan diri pada Tuhan, karna kita tidak akan pernah tahu sampai kapan kita hidup, malaikat tidak pernah janji untuk mencabut nyawa umatnya, datangnya pasti dadakan sesuai dengan perintah Tuhan.

Saya tahu, semakin tua maka kerja otak akan semakin melemah. Makanya, lemahnya otak kita jangan sampai membuat lemah jiwa kita. Umur boleh tua, kerja otak boleh mulai melambat, tapi jiwa harus tetap muda. Teman-teman saya selalu berkata seperti ini, “Aku wes tua Sri. Bisa apa? Berdiri aja gak kuat. Anak wes sibuk dengan urusan masing-masing. Gak ada yang bisa aku lakukan.” Jangan begitu, meskipun anak sibuk dengan urusan diri sendiri, kita sebagai orang tua harus tetap mendoakan, karena itulah ladang pahala kita. Meskipun kita tua, jangan sampai kita kehilangan tujuan hidup. Kerangka berpikirku seperti ini, tujuan hidup manusia saat masuk anak-anak pasti ingin segera lulus sekolah, tujuan hidup manusia ketika mulai dewasa pasti ingin sukses dan memiliki pasangan hidup, ketika sudah tua tujuan hidup manusia sebenarnya adalah menikmati kehidupan masa tuanya dengan anak dan cucu. Tapi, dibalik fase tujuan manusia yang saya sebutkan tadi, sebenarnya tujuan hidup manusia sejak kecil sampai tua renta seperti saya adalah bertemu dengan Tuhan di Surga. Mengapa? Karena kita didunia ini hanya sementara, tempat kekal kita akhirat. Jika teman-teman seumura saya bingung mengenai tujuan hidup? Mau ngapain ketika sudah tua? Perbanyaklah kegiatan keagamaan kita disamping itu mungkin kita bisa membuat acara dengan teman tahun 40-an. Jangan sedih karena ada di panti jompo, disini kita bisa bertemu teman seumuran, seharusnya kita bisa lebih produktif. Salam jompo dari saya ibu renta dengan anak TKI!!!

Pesan	Komponen
Semakin tua bukan berarti tidak bisa produktif tetapi semakin tua semakin tau apa arti dari kehidupan ini	Mengungkap aspek mencari makna sehingga lanjut usia mempunyai dorongan untuk mencari makna hidup dan seberapa besar ia memahami dalam berbagai kondisi

Cerita II (pertemuan ke-3)

Kisah Bunga Mawar dan Pohon Bambu

Di sebuah taman, terdapat taman bunga mawar yang sedang berbunga. Mawar-mawar itu mengeluarkan aroma yang sangat harum. Dengan warna-warni yang [cantik](#), banyak orang yang berhenti untuk memuji sang mawar. Tidak sedikit pengunjung taman meluangkan waktu untuk berfoto di depan atau di samping taman mawar. Bunga mawar memang memiliki daya tarik yang menawan, semua orang suka mawar, itulah salah satu [lambang cinta](#).

Sementara itu, di sisi lain taman, ada sekelompok pohon bambu yang tampak membosankan. Dari hari ke hari, bentuk pohon bambu yang begitu saja, tidak ada bunga yang mekar atau aroma wangi yang disukai banyak orang. Tidak ada orang yang memuji pohon bambu. Tidak ada orang yang mau berfoto di samping pohon bambu. Maka tak heran jika pohon bambu selalu cemburu saat melihat taman mawar dikerumuni banyak orang.

“Hai bunga mawar,” ujar sang bambu pada suatu hari. “Tahukah kau, aku selalu ingin sepertimu. Berbunga dengan indah, memiliki aroma yang harum, selalu dipuji cantik dan menjadi saksi cinta manusia yang indah,” lanjut sang bambu dengan nada sedih.

Mawar yang mendengar hal itu tersenyum, “Terima kasih atas pujian dan kejujuranmu, bambu,” ujarinya. “Tapi tahukah kau, aku sebenarnya iri denganmu,”

Sang bambu keheranan, dia tidak tahu apa yang membuat mawar iri dengannya. Tidak ada satupun bagian dari bambu yang lebih indah dari mawar. “Aneh sekali, mengapa kau iri denganku?”

“Tentu saja aku iri denganmu. Coba lihat, kau punya batang yang sangat kuat, saat badai datang, kau tetap bertahan, tidak goyah sedikitpun,”

ujar sang mawar. “Sedangkan aku dan teman-temanku, kami sangat rapuh, kena angin sedikit saja, kelopak kami akan lepas, hidup kami sangat singkat,” tambah sang mawar dengan nada sedih.

Bambu baru sadar bahwa dia punya kekuatan. Kekuatan yang dia anggap biasa saja ternyata bisa mengagumkan di mata sang mawar. “Tapi mawar, kamu selalu dicari orang. Kamu selalu menjadi hiasan rumah yang cantik, atau menjadi hiasan rambut para gadis,”

Sang mawar kembali tersenyum, “Kamu benar bambu, aku sering dipakai sebagai hiasan dan dicari orang, tapi tahukah kamu, aku akan layu beberapa hari kemudian, tidak seperti kamu,”

Bambu kembali bingung, “Aku tidak mengerti,”

“Ah bambu..” ujar mawar sambil menggeleng, “Kamu tahu, manusia sering menggunakan dirimu sebagai alat untuk mengalirkan air. Kamu sangat berguna bagi tumbuhan yang lain. Dengan air yang mengalir pada tubuhmu, kamu menghidupkan banyak tanaman,” lanjut sang mawar.

“Aku jadi heran, dengan manfaat sebesar itu, seharusnya kamu bahagia, bukan iri padaku,”

Bambu mengangguk, dia baru sadar bahwa selama ini, dia telah bermanfaat untuk tanaman lain. Walaupun pujian itu lebih sering ditujukan untuk [mawar](#), sesungguhnya bambu juga memiliki manfaat yang tidak kalah dengan bunga cantik itu. Sejak percakapan dengan mawar, sang bambu tidak lagi merenungi nasibnya, dia senang mengetahui kekuatan dan manfaat yang bisa diberikan untuk makhluk lain

Pesan	Komponen
Daripada menghabiskan tenaga dengan iri pada orang lain, lebih baik bersyukur atas kemampuan diri sendiri pada saat ini, apalagi jika berguna untuk orang lain.	Bertujuan untuk mengungkap aspek kehadiran makna sehingga lanjut usia mampu merespon kehidupan baik yang sudah atau yang sedang dialaminya

Cerita 3 (pertemuan ke-4)

Bersyukur dan Bahagia

Alkisah, ada seorang pedagang kaya yang merasa dirinya tidak bahagia. Dari pagi-pagi buta, dia telah bangun dan mulai bekerja. Siang hari bertemu dengan orang-orang untuk membeli atau menjual barang. Hingga malam hari, dia masih sibuk dengan buku catatan dan mesin hitungnya. Menjelang tidur, dia masih memikirkan rencana kerja untuk keesokan harinya. Begitu hari-hari berlalu.

Suatu pagi sehabis mandi, saat berkaca, tiba-tiba dia kaget saat menyadari rambutnya mulai menipis dan berwarna abu-abu. "Akh. Aku sudah menua. Setiap hari aku bekerja, telah menghasilkan kekayaan begitu besar! Tetapi kenapa aku tidak bahagia? Ke mana saja aku selama ini?"

Setelah menimbang, si pedagang memutuskan untuk pergi meninggalkan semua kesibukannya dan melihat kehidupan di luar sana. Dia berpakaian layaknya rakyat biasa dan membaur ke tempat keramaian. "Duh, hidup begitu susah, begitu tidak adil! Kita telah bekerja dari pagi hingga sore, tetapi tetap saja miskin dan kurang," terdengar sebagian penduduk berkeluh kesah. Di tempat lain, dia mendengar seorang saudagar kaya; walaupun harta berkecukupan, tetapi tampak sedang sibuk berkata-kata kotor dan memaki dengan garang. Tampaknya dia juga tidak bahagia.

Si pedagang meneruskan perjalanannya hingga tiba di tepi sebuah hutan. Saat dia berniat untuk beristirahat sejenak di situ, tiba-tiba telinganya menangkap gerak langkah seseorang dan teriakan lantang, "Huah! Tuhan, terima kasih. Hari ini aku telah mampu menyelesaikan tugasku dengan baik. Hari ini aku telah pula makan

dengan kenyang dan nikmat. Terima kasih Tuhan, Engkau telah menyertaiku dalam setiap langkahku. Dan sekarang, saatnya hambamu hendak beristirahat. “Setelah tertegun beberapa saat dan menyimak suara lantang itu, si pedagang bergegas mendatangi asal suara tadi. Terlihat seorang pemuda berbaju lusuh telentang di rerumputan. Matanya terpejam. Wajahnya begitu bersahaja.

Mendengar suara di sekitarnya, dia terbangun. Dengan tersenyum dia menyapa ramah, "Hai, Pak Tua. Silahkan beristirahat di sini." "Terima kasih, Anak Muda. Boleh bapak bertanya?" tanya si pedagang. "Silakan." "Apakah kerjamu setiap hari seperti ini?"

"Tidak, Pak Tua. Menurutku, tak peduli apapun pekerjaan itu, asalkan setiap hari aku bisa bekerja dengan sebaik2nya dan pastinya aku tidak harus mengerjakan hal sama setiap hari. Aku senang, orang yang kubantu senang, orang yang membantuku juga senang, pasti Allah juga senang di atas sana. Ya kan? Dan akhirnya, aku perlu bersyukur dan berterima kasih kepada Allah atas semua pemberiannya ini".

Sumber: <http://dt-cerita.blogspot.co.id/2010/01/bersyukur-dan-bahagia.html>

Pesan	Komponen
pekerjaan atau kegiatan apapun yang dilakukan harus dengan senang karena ketika kita mengerjakan dengan senang hati, orang lain pun juga ikut merasakan hal yang sama	Bertujuan untuk mengungkap aspek kehadiran makna sehingga lanjut usia mampu merespon kehidupan baik yang sudah atau yang sedang dialaminya

Cerita 4 (pertemuan ke-5)

Perjuangan Seorang Nenek

Di sore hari, ada seorang nenek yang sedang duduk di samping rumah. dia sering melamun dikala mentari sudah mulai menghilangkan wujudnya. Nenek itu sudah berumur 90 tahunan, dengan rambut yang sudah memutih, dengan kulitnya yang sudah mulai keriput, giginya yang sudah mulai ompong, punggungnya yang sudah membungkuk, dan juga dengan suaranya yang sudah mulai nggak jelas (pelo). Dia tetap berdiri tegar melawan kerasnya hidup dan derasnya cobaan. Rumahnya jauh dari penduduk atau lebih dekatnya di dekat (tegal). Dia hidup sebatang kara. Suaminya sudah meninggal dan dia tidak dikaruniai anak.

Sehari-harinya dia bekerja mencari kayu bakar di hutan-hutan sekitar rumahnya. Kemudian kayu itu dijual ke penduduk-penduduk yang perjalanannya kurang lebih 2 km dari rumahnya, dia tak pernah putus asa, dia tak pernah menyesali kehidupan, dia memang nenek yang sangat luar biasa, dia mempunyai sifat yang jarang banget dimiliki orang lain, yaitu sifatnya yang penyabar dan tak pernah gelisah dalam menghadapi cobaan apapun. Bekerja sebagai pencari kayu bakar, ia tekuni sejak dia masih berumur 60 tahunan, di saat itu kakek (suaminya) masih ada. Biasanya Mereka mencari kayu bakar bersama-sama.

Dia menekuni pekerjaan ini demi sesuap nasi, demi menyambung hidup. Banyak orang yang menganggap pekerjaan ini sepele, tapi bagi nenek ini pekerjaan itu sangat amat mulia. Karena dengan ranting-ranting kayu inilah nenek bisa bertahan hidup.

Kemanapun nenek pergi, pasti nenek itu tak pernah lepas dari selendang yang ia sampirkan di pundaknya. Di selendang itu ada selebar foto nenek bersama suaminya disaat suaminya masih ada. Foto itu ia taruh di pucuk selendang yang diikat (dibundeli). Di saat sedang sendiri, nenek ini membuka ikatan selendangnya dan melihat foto tadi. Dia sayang banget sama suaminya, kalau ada apa-apa, baik kejadian yang menyenangkan maupun menyedihkan nenek itu sering mencurahkan hatinya ke foto itu...

Dengan radio mungilnya yang ia miliki sejak ia masih SD, radio pemberian ibunya yang masih ia simpan sampai sekarang. Kadang kalau hatinya sedang gundah, nenek ini sering memutar musik di radio mungilnya itu, untuk menghilangkan atau mengurangi kejenuhan, disertai dengan kicauan burung, sambil memakan tela bakar dan secangkir kopi di dekat pohon bambu dengan angin yang semilir, nenek ini merasakan aman dan damaiya kehidupan.

“Hidup memang penuh dengan tantangan dan cobaan. Tetapi bila dijalani dengan sungguh-sungguh, tantangan dan cobaan ini pasti akan lunak atau akan menyerah pada kita. Bukan kita yang akan menyerah pada tantangan dan cobaan, Melainkan tantangan dan cobaan itulah yang akan menyerah pada kita”. Kata-kata inilah yang menjadi prinsip nenek itu, kata-kata ini dia selalu ingat-ingat sejak dia masih kecil. Setiap mau melakukan sesuatu, tetapi dia sudah pasrah atau menyerah duluan, ibunya pasti bilang kayak gitu. Sehingga dengan sendirinya nenek ini ingat kata-kata itu. Nah, inilah yang menjadi motivasi nenek untuk menjadi lebih kuat dalam menghadapi apapun.

Nenek ini banyak disegani warga, karena sifatnya yang mulia, dan tak kenal lelah. Meskipun sudah tua, dia tetap bekerja sebisanya, dia tak mau meminta-minta. Dia tak ingin dikasihani.

Sambil menjual kayu bakar, nenek ini sering membersihkan jalan-jalan, memungut sampah, dan menanami pohon-pohon kecil di tanah-tanah yang kosong, lebih tepatnya di tanah yang gersang, supaya kalau hujan tanah-tanah ini tidak longsor dan menyebabkan banjir. Nenek melakukan semua ini tanpa mempunyai pikiran timbal balik atau jasa dari warga. Dia melakukan ini tulus dari hati, bukan karena dia ingin dikatakan nenek pahlawan atau apa, tetapi memang benar-benar dari hati.

Tapi siapa sangka, Keikhlasan, kesabaran dan kegigihan nenek ini menghasilkan buah yang sangat manis, ada seorang warga yang melaporkan ketulusan nenek ini ke lurah, kemudian lurah ini melaporkan kepada atasan-atasannya, dan laporannya disetujui oleh para aparat, sehingga nenek ini mendapat piagam penghargaan dari provinsi dan mendapat uang tiap bulannya enam ratus ribu. Selain itu, nenek ini

juga diberi fasilitas (rumah yang lebih layak), tapi nenek ini menolak. Dia hanya mau tinggal di rumahnya sendiri. Karena dengan rumah gubuknya ini, nenek itu mempunyai banyak kenangan dengan suaminya. Kegiatan ini kelihatanya mudah, tapi tidak semua orang mau melakukannya tanpa pamrih.

Sumber: <http://cerpenmu.com/cerpen-kehidupan/perjuangan-seorang-nenek.html>

Pesan	Komponen
tetap berjuang dan berusaha dalam menghadapi hidup tidak sekedar pasrah kepada Tuhan tetapi juga diimbangi dengan doa	Mengungkap aspek mencari makna sehingga lanjut usia mempunyai dorongan untuk mencari makna hidup dan seberapa besar ia memahami dalam berbagai kondisi

Daftar Pustaka

- Bandiyah, S. 2009. *Lanjut usia dan keperawatan gerontik*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Bastaman, H.D. (2007). *Logoterapi: Psikologi untuk menemukan makna hidup dan meraih hidup bermakna*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada
- Crumbaugh, James C & Leonard T, Maholick. (1964). *An Experimental Study in Existentialism: The Psychometric Approach to Frankl's Concept of Noogenic Neurosis*. Colombus: Georgia
- Erlangga, Sarvatra Wari. (2011). Subjective Well-being Pada Lansia Penghuni Panti Jompo. Skripsi Psikologi. Jakarta. Universitas Gunadarma.
- Frankl, V. E. (2003). *Logoterapi: Terapi psikologi melalui pemaknaan eksistensi*. Yogyakarta: Kreasi Wacana.
- Jatiningtyas, Anting. (2009). Aspek Pendidikan Amoral dalam Buku Cerita Anak. Yogyakarta: IKIP
- Seligman, M.E.P (2005). Positive Psychology Progress: Empirical validation of interventions. *Psychological Science*. Vol 7. Page : 186-189.
- Serrat, Olivier. (2008). *Storytelling*". *Journal*. Cornell University ILR School.
- Steger, Michael F & Frazier Patricia. (2006). The Meaning in Life Questionnaire: Assessing the Presence of and Search for Meaning in Life. Vol. 53, No 1, 80-93
- Suardiman, S. (2011). *Psikologi lanjut usia*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.

LAMPIRAN 5

Hasil *pre-test* dan *post-test*

Hasil *Pretest*

puspakarma - Excel

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P
	Subjek	Item 1	Item 2	Item 3	Item 4	Item 5	Item 6	Item 7	Item 8	Item 9	Item 10					
1	1	2	2	3	2	4	4	2	2	2	2	25				
2	2	4	2	2	4	4	4	2	4	4	4	32				
3	3	4	2	2	2	2	2	2	2	2	4	24				
4	4	2	2	2	2	2	4	2	2	2	4	24				
5	5	4	2	2	2	2	2	2	4	2	4	26				
6	6	4	2	4	2	2	4	4	4	4	2	30				

Hasil *Posttest*

puspakarma - Excel

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U
	Subjek	Item 1	Item 2	Item 3	Item 4	Item 5	Item 6	Item 7	Item 8	Item 9	Item 10										
2	1	4	4	4	4	4	2	2	2	2	4	32									
3	2	4	4	4	2	4	4	4	4	2	2	34									
4	3	4	4	4	2	4	2	4	4	2	4	34									
5	4	4	4	4	2	4	2	4	4	2	4	34									
6	5	2	4	4	4	4	4	4	4	2	4	36									
7	6	4	4	4	2	2	4	4	4	2	4	34									
8																					
9																					
10																					
11																					
12																					
13																					
14																					
15																					
16																					
17																					
18																					
19																					
20																					
21																					
22																					
23																					

Activate Windows
Go to Settings to activate Windows.

LAMPIRAN 6
Hasil Uji Wilcoxon Signed Rank Test

Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Pretest	6	26,83	3,371	24	32
posttest	6	34,00	1,265	32	36

Ranks

	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Negative Ranks	0 ^a	,00	,00
Positive Ranks	6 ^b	3,50	21,00
Ties	0 ^c		
Total	6		

a. posttest < Pretest

b. posttest > Pretest

c. posttest = Pretest

Test Statistics^a

	posttest – Pretest
Z	-2,226 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	,026

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

LAMPIRAN 7**Dokumentasi**

LAMPIRAN 8

Surat Keterangan Penelitian



PEMERINTAH PROPINSI NUSA TENGGARA BARAT
DINAS SOSIAL
BALAI SOSIAL LANJUT USIA "MANDALIKA" NTB
Jl Majapahit No. 31 Mataram Kode Pos 83125 Telpn No. (0370) 622284
MATARAM

Mataram, 17 Januari 2017

Nomor	: 13 /III.3/BSLU"ML"	Kepada
Lampiran	: -	Yth. Dekan Fakultas Psikologi
Sifat	: Biasa	Universitas Muhammadiyah Malang
Perihal	: Ijin Penelitian	Di-
	Skripsi	Tempat

Bismillahirrahmanirrahim
Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Menindaklanjuti surat dari Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang tanggal 13 Januari 2017 Nomor : E.6.k/44/Psi-UMM/I/2017 hal sesuai dengan pokok surat diatas, maka dengan ini memberikan ijin penelitian kepada :

Nama : Nadya Ardisna Arianti
NIM : 201310230311170
Judul : METODE *STORYTELLING* UNTUK MENINGKATKAN *MEANING OF LIFE* PADA LANSIA

Ijin diberikan dengan ketentuan tidak akan merugikan pihak Balai Sosial Lanjut Usia "Mandalika" NTB dikemudian hari dan data penelitian tidak dipublikasikan tanpa sepengetahuan Kepala Balai Sosial Lanjut Usia "Mandalika" NTB.

Demikian atas perhatian dan kerjasama yang baik kami sampaikan terima kasih.

Wasalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh

Kepala Balai Sosial Lanjut
Usia "Mandalika" NTB


Hj. Darwati, S. Ag
Pembina TK I (IV/b)
NIP. 196212311986032191

Tembusan : Disampaikan Kepada Yth :

1. Kepala Dinas Sosial Provinsi NTB di Mataram.
2. Arsip.



PEMERINTAH PROPINSI NUSA TENGGARA BARAT
DINAS SOSIAL
BALAI SOSIAL LANJUT USIA "MANDALIKA" NTB
Jl Majapahit No. 31 Mataram Kode Pos 83125 Telpn No. (0370) 622284
MATARAM

SURAT KETERANGAN

Nomor : 17 /III.3/BSLU"ML"

1. Yang bertanda tangan di bawah ini :

- a. Nama : Hj. Darwati, S. Ag
- b. Jabatan : Kepala Balai Sosial Lanjut Usia "Mandalika" NTB

Dengan ini menerangkan bahwa :

- a. Nama : Nadya Ardisna Arianti
- b. NIM : 201310230311170
- c. Institusi : Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang

Yang bersangkutan MEMANG BENAR telah melaksanakan penelitian dengan judul "METODE *STORYTELLING* UNTUK MENINGKATKAN *MEANING OF LIFE* PADA LANSIA Di Balai Sosial Lanjut Usia "Mandalika" NTB Pada tanggal 16 Januari s.d 21 Januari 2017

- 2. Selanjutnya diharapkan yang bersangkutan segera menyerahkan hasil penelitian setelah selesai melakukan penelitian kepada Balai Sosial Lanjut Usia "Mandalika" NTB.
- 3. Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Mataram, 21 Januari 2016
Kepala Balai Sosial Lanjut
Usia "Mandalika" NTB


Hj. Darwati, S. Ag
Pembina TK I (IV/b)
NIP. 196212311986032191

Tembusan : Disampaikan Kepada Yth :

- 1. Kepala Dinas Sosial Kependudukan dan Catatan Sipil Provinsi NTB di Mataram
- 2. Inspektur Provinsi NTB di Mataram
- 3. Arsip.